

RUNDBRIEF



*„Geteiltes Leid
ist halbes Leid!“*

Der Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland stellt sich vor



Der Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland e.V. wurde 1997 als Dachverband der Vereine, Selbsthilfegruppen, Organisationen und Regionalstellen gegründet. Das Netzwerk der Verwaisten Eltern geht auf die Initiative von Mechtilde Voss-Eiser zurück. Die Theologin und Psychologin brachte die weltweite Bewegung der »Compassionate Friends« (mitfühlende Freunde) nach Deutschland. Der Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland versteht sich als inhaltlicher Koordinator und bundesweiter Ansprechpartner für die verschiedenen Anliegen von Familien, die ein Kind verloren haben. Darüber hinaus pflegt er europaweite und internationale Kontakte.

Was tun?

Schnelle Hilfe in Ihrer Region finden Sie auf unserer Webseite www.veid.de oder durch Vermittlung unter Telefon 0341-946 88 84.

Unsere Aufgaben und Möglichkeiten

**Die Arbeit des Bundesverbandes wird größtenteils ehrenamtlich geleistet.
Wir sind deshalb auf Unterstützung angewiesen.**

Spendenkonto:
Verwaiste Eltern
in Deutschland e. V.
Bank für Sozialwirtschaft
Köln
BLZ 370 205 00
Kontonummer 832 11 00

Angebote für Betroffene

- Hilfe und Vermittlung in Wohnortnähe
- Hilfe beim Aufbau von Selbsthilfegruppen und Vereinen Verwaister Eltern
- Unterstützung dieser Initiativen in fachlicher und organisatorischer Hinsicht
- Information und Vermittlung persönlichen Austauschs durch die Webseite www.veid.de
- Erstellen von Informationsmaterialien
- Herausgabe eines themenorientierten Rundbriefs
- Berufsbegleitende Weiterbildungen für Trauerbegleiter nach anerkannten Standards
- Vermittlung und Empfehlung von Ansprechpartnern und Dienstleistungsangeboten verschiedenster Bereiche

Gesellschaftliche Wirksamkeit

- Wahrnehmung von politischem Einfluss zur Sensibilisierung der Gesellschaft
- Gezielte und breite Öffentlichkeitsarbeit
- Zusammenarbeit mit Hilfseinrichtungen und -institutionen, Schulen und Universitäten, Kliniken, Seelsorgern und Bestattern
- Vorträge und Symposien zum Zweck der Prävention
- Durchführung interdisziplinärer Workshops, Seminare und Weiterbildungen für spezielle Berufsgruppen und Multiplikatoren sowie jährlich eine themenorientierte Tagung

Inhaltsverzeichnis

INHALTSVERZEICHNIS

GRUSSWORT DER 1. VORSITZENDEN	3
»TRAUER – TRAUMA – BEZIEHUNG«	
14. Jahrestagung des Bundesverbandes in Bremen 26. bis 28. März 2010	4
»Trauer – Trauma – Beziehung«	5
Impressionen –	
Bilder der Jahrestagung 2010 in Bremen	6
14. Jahrestagung des Bundesverbandes in Bremen 2010	9
... – damit der Tod	
nicht das letzte Wort behält!	10
Ein Geschenk für mich	12
Workshop »Frühtod«	13
Workshop »Schuld – Schuldfrage«	14
Workshop »Schuld – Schuldfrage«	16
Trauerwerkstatt – Hoffnungswerkstatt –	
Treffpunkt für Trauernde	16
»Das Regenbogenlied«	18
14. Jahrestagung des Bundesverbandes in Bremen 2010	18
15. Jahrestagung des Bundesverbandes in Erfurt 2011	20
ERFAHRUNGEN TRAUERNDER MÜTTER, VÄTER UND GESCHWISTER	
Geteiltes Leid ist halbes Leid?	22
Geteiltes Leid – halbes Leid?	23
Geteiltes Leid ... ist leichter zu ertragen!	25
Ist Leid teilbar?	26
Geteiltes Leid: Vom Teilen und Gewinnen	28
»Unser erster« Rundbrief	28
Bücher, zerknautsch, aber kostbar	30
Das Leben ist schön	31
Thomas	32
Gedanken zum Sommer 2010	33
Gedanken im Jahr zehn	35
Zehn Jahre ohne Stephanie	39
Manuela	40
Luisas Texte	
nach dem Tod ihres Bruders Jannik	41
Mein geliebtes Kind	42

GEDICHTE UND TEXTE – GESCHRIEBEN VON TRAUERNDEN FÜR TRAUERNDEN

Wünsche	43
dein geburtstag	43
In Gottes Land	43
nicht ein gebet	43
Dem Herzen nah ...	44
mitten in der nacht	44
Stilles Gebet	44
Fünf Jahre älter	44
Gedanken an dich	45
Schicksal	46
Mein Geburtstag	46
Flügeltraum	46
Warum	46
Winterblatt	47
Die Zeit	47
Unser letzter Frühling	47
Regenbogenfisch	47
Sehnsucht	48
Mein Tod	48
Du umhüllst mich mit deinem Mantel	48
Im Tal der Sehnsucht	48
Trauer einer Mutter	49
Er ist immer da	49
Es tut so weh	49
Deine letzten Tage	49
Zwieggespräch	50
Wieder ein Tag ohne dich	51
Ich wollt, ich wär ein Vöglein	51
Unser Haus	52
Gazellenglanz & Hibiskusträume	52
Fünf Jahre	53
Vergesst sie nicht	53
Von der Traurigkeit	54
Engelhaft	54
hauchdünn	54
Schmerz	55
Nichts mehr	55
So weit vor deiner Zeit	56

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

1

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

INHALTSVERZEICHNIS DES 15. RUNDBRIEFS

**HILFREICHE UND INTERESSANTE TEXTE
FÜR DIE TRAUERARBEIT**

Die sanfte Seele	57
»Fröhliche Weihnachten, ihr Räuber«	57
Immer wider den »Selbstmord« ...	58
Trauer – Trauma – Beziehung	60
»Organspende«	62
Schuld Denken und Schuld Fühlen	65
Ansprache Margot Käsmann	68
Brief an meinen toten Schüler	70
Vom Tod und anderen offenen Fragen	70
Der Tod	71
Ergebnisse einer Umfrage	72
Himmel, Tod und Teufel – wie Kinder trauern	75
Interview über Geschwistertrauer	77
Interview mit Herrn Gregor Metzger	78
Dissertation Dr. Cathleen Severin	82

VERSCHIEDENE PROJEKTE

Siris Reise	84
Projektbeschreibung des Musiktheaters	86
Ein Buch für den toten Sohn	88
Noch immer such ich dich	88
Noch immer such ich dich – Nachtoderfahrung in vier Akten	89
Szenische Darstellung	90
»Noch immer such ich Dich«	91

**GESCHÄFTSSTELLE – VORSTAND –
BUNDESVERBAND**

Ein Blick in unsere Geschäftsstelle	92
Aktuell vom Bundesverband	93
Kurzportrait Christine Schneider	93
Ehrenamtsportrait Silke Friederici	94
Kurzportrait Ursula Weißig	95
Kurzportrait Lissy Ronning	95
Praktikantin Kristin Prescher	96
Vorstellung 2. Vorsitzender Dieter Jantz	96
Vorstellung Schatzmeisterin Inge Morassi	97
Erstes Beiratstreffen des Bundesverbandes	98
Mitglied im Paritätischen Gesamtverband	99
Finanzierung des Bundesverbandes	99

BERICHTE AUS DEN REGIONEN

Mitteldeutschlandtreffen	100
Ökumenischer Kirchentag München	101
»Siris Reise«	102
Rezension Musik- und Tanztheater	103
Damit ihr Hoffnung habt	104
Ökumenischer Kirchentag in München	104
Bundeskongress Notfallseelsorge	105
»Vom Atmen unter Wasser«	106
Zehn Jahre Trauerarbeit Hattingen	106
Erinnerungen an den Anfang	107
20 Jahre Verwaiste Eltern München	108
20 Jahre Verwaiste Eltern und Geschwister Hamburg	109
20 Jahre Landesverband Verwaiste Eltern NRW	110
40 Jahre The Compassionate Friends	111
Jubiläumstreffen	
40 Jahre The Compassionate Friends	112
Ehrenzeichen des Bayerischen Ministerpräsidenten	114
Gründung der Trauernden Eltern und Kinder im Saarland	114
Pressevorstellung des Vereins Trauernde Kinder und Eltern Rhein-Main	115
Selbsthilfegruppe	
Verwaiste Eltern in Weilheim	116
Gruppe »Leere Wiege« Friedberg	117
Oasen suchen und finden	118
Wochenendseminar im Waldpiraten-Camp	119
Geschwisterkränze	120
Friedhofsamt	121
Mini-Särge zur Bestattung fehlgeborener Kinder	121
Candle-Lighting-Gottesdienst 2009 Witten	122
Nachruf Jürgen Meyer	123
FÜR SIE GELESEN – BÜCHERTIPPS	
Ein Netz, das trägt	124
ohne dich	125
Schneeflocken, Regenbogen, Schmetterlinge	126
Herzliches Beileid	126
Das leere Zimmer	127
Vom Atmen unter Wasser	128
Die Rechtsstellung der Eltern, ...	129
Verlust, Trauer und neue Freunde	130
Mit Trauer leben	130
Tante Lotti geht in den Himmel	131
In eigener Sache	132

»Grußwort der 1. Vorsitzenden des Bundesverbandes

»Geteiltes Leid – ist halbes Leid?«

Liebe Leserinnen und Leser,

das Leid teilen? Nein, wie soll das gehen, wie soll dieser Schmerz überhaupt zu teilen sein?

Ein Teil von uns bleibt doch immer bei unserem Kind, beim Bruder, bei der Schwester.

Ein Teil wird immer Erinnerung, ewige Liebe, ewige Sehnsucht und Dankbarkeit sein. Der andere Teil ist der veränderbare, manchmal erschreckende Teil – wie es weitergeht in Veränderung, ein anderes Leben.

Sind diese Empfindungen teilbar und wenn ja, mit wem können wir sie teilen?

Wohlbedacht können wir unsere Gefühle nur Menschen gegenüber öffnen, denen wir vertrauen, an Orten, wo wir uns sicher fühlen. Dort bei den vertrauten Menschen glauben wir teilen zu können, verstanden zu werden. Ja, wir sind vorsichtig geworden, auch beim *Mitteilen* unserer Gefühle, denn die Offenbarung des Schmerzes gibt unser Inneres preis, macht uns angreifbar, verletzlich. Deshalb sind wir instinktiv vorsichtig geworden. Das geteilte Leid in uns selbst, den Teil voll von Erinnerung, das Festhalten am Wunderbaren und den Teil des anderen Lebens ohne das geliebte Kind, den Bruder und die Schwester, wollen wir nicht verlieren oder von anderen verletzen lassen.

Die Erfahrung des Verlustes mit anderen Menschen zu teilen, oft mit neuen Menschen, die neue Freunde wurden, entlastet uns.

Die Teilung, die Trennung von den Wegbegleitern, die nicht mehr unseren Weg mit uns gehen, weil deren Weg nicht mehr der unsere ist, schmerzt uns aufs Neue.



Foto: privat

Petra Hohn, 1. Vorsitzende des VEID

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

3

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!?«

GRUßWORT DER 1. VORSITZENDEN DES BUNDESVERBANDES

Wir sehen, liebe Eltern, Geschwister und Freunde, wie vielschichtig dieser Satz vom »geteilten Leid« für uns scheint.

Wie hätten wir uns auch je vorstellen können nach der Stunde null, unser Leid zu teilen, zu halbieren? Wie schwer es wiegt, wissen wir doch nur zu gut und jeder von uns hat sein eigenes Maß. Dennoch macht der Austausch leichter und gibt Kraft. Kraft, die wir brauchen, um einen Weg zu sehen, aus dem unfassbaren Labyrinth der Schwere zu entfliehen. Haben Sie Mut!

In enger Verbundenheit

Ihre Petra Hohn, Mutter von Carsten
1. Vorsitzende des Bundesverbandes
Verwaiste Eltern in Deutschland e.V.

VORANKÜNDIGUNG für den RUNDBRIEF Nr. 15

Der nächste Rundbrief steht unter dem Thema



»Im Himmel
wird es keine Tränen
mehr geben«
(Eric Clapton)



Einsendeschluss
ist der 31. Mai 2011

Wir freuen uns über Ihre Wortbeiträge – bitte unformatiert (Word-Dokument) und Bilder/Fotos (TIFF- oder JPEG-Format) an folgende E-Mail-Adresse:
veid-rundbrief@gmx.de oder Postadresse:

Mag. theol. Christine Fleck-Bohaumilitzky, Eichenstraße 14, 85232 Bergkirchen-Lauterbach.

»Trauer – Trauma – Beziehung«

14. Jahrestagung des Bundesverbandes in Bremen 26.–28.3.2010

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

14
4

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

14. JAHRESTAGUNG DES BUNDESVERBANDES IN BREMEN VOM 26. BIS 28. MÄRZ 2010

Das ernste Thema dieser Tagung und der tragische Hintergrund aller Einzelschicksale fanden hier in Bremen eine Aufhebung, die sich nur so ausdrücken lässt: Aus dem Trauma wurde ein Traum. Farbig, von frischem Wind durchweht und von lebendiger Gemeinsamkeit getragen – diesen Eindruck vermittelte die Tagung von der ersten Minute an.

Das Hotel Atlantik Universum – dessen Mitarbeitern wir ausdrücklich für die hervorragende Unterstützung danken – bot eine ideale Atmosphäre. Karin Grabenhorst von den Verwaisten Eltern und Geschwistern Bremen hatte das Foyer fantasievoll dekoriert: Ein Surfsegel ließ immer wieder die Nähe der Nordsee ahnen, Seidentücher schwangen mit dem Luftzug. Ein großes Seidenbild wurde gemeinsam gestaltet. Im Fischernetz »fingen« sich nicht nur Muscheln, sondern auch aufgeschriebene Aktivitäten. Als Symbol vielfach aufgenommen, bewegte das Meer die Gedanken und schuf eine eigene Dynamik dieses Treffens. So ließ Karin Grabenhorst in ihrer »Hoffnungs werkstatt« Schiffe aus Papier gestalten, die auf überraschende Weise den Blick auf die Trauerroute der Mutter/des Vaters öffneten. Kreativität kam in Bremen besonders gut an: Die Schreib werkstatt mit Dr. Peter Holz wurde wunderbar angenommen. Mit Luci van Org und Hauke Scholten schufen Teilnehmer des Musik-Workshops ihr eigenes Lied für ihr Kind, die sich das niemals zugetraut hätten. Die zugehörige CD ist inzwischen fertig. Als die jugendlichen Sänger der »Lerchen« mit ihrem Chorleiter Hauke aus »So weit vor deiner Zeit« und »Siris Reise« sangen, mit dem sie inzwischen von Bremen aus als musikalische Botschafter der Verwaisten Eltern auch den Süden der Bundesrepublik erobert haben, kannte die Begeisterung keine Grenzen. Ein entspannender Abend am nachempfundenen Lagerfeuer mit Karin und Florian an der Gitarre, von der »Moorhexe« bis zu Reinhard Mey, ließ Sorgen

und Kummer eine Weile auf dem Meeresboden ruhen und gab Kraft, die ernsten und gewichtigen Themen anzusprechen und zu diskutieren. Die großen Gongs, mit denen Brigitte Zickmann in ihrem sehr intensiven Workshop die »Klänge der Trauer« zum Schwingen brachte, ließen etwas von der universellen Dimension der Trauer spüren. Das Feedback der einzelnen Veranstaltungen war durchweg begeistert und brachte viele Anregungen für weitere Aktivitäten, sei es Heidi Blohmann im Umgang mit Eltern frühverstorbener Kinder, sei es der Workshop zur Schuldfrage mit Leonore Matuschek, seien es die Veranstaltungen von Mag. theol. Christine Fleck-Bohaumilitzky zur Kindertrauer oder die Supervisionen mit Christian Fleck.

Der Eröffnungsvortrag von Sabine Müller zum Verhältnis von Trauer und Trauma hatte einen soliden Grund für alles weitere Nachdenken gelegt. Vielleicht ermöglichte das manchem auch eine Hilfe beim Zugang zum Thema »Organspende« in der bewegenden Podiumsdiskussion – ein Thema, das immer aktueller zu werden scheint und bei dem sich der Bundesverband bewusst neutral und besonders sensibel verhält. Heiner Melching von der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin brachte das in seiner Moderation sehr kompetent zum Ausdruck.

Als Ausklang hatten die Teilnehmer die Gelegenheit, bei einer Stadtführung auch den Bremer Stadtmusikanten einen Besuch abzustatten. In Bremen trifft man überall auf viel Humor und Sympathie für die Vier, die der brutalen, unverständigen Gesellschaft ein Schnippchen schlagen. Aber das ist eine Symbolik, die die verwaisten Eltern noch viel weiter führen würde ...

Am Ende der Tagung übergab Karin Grabenhorst symbolisch einen kleinen Leuchtturm an Holger Günther für die nächste Jahrestagung, die 2010 in Erfurt stattfinden wird.

Beate Bahnert

Wir würden es sehr begrüßen, wenn Sie durch Ihre Mitgliedschaft
Ihre Zugehörigkeit zum bundesweiten Netzwerk
der »Verwaisten Eltern« dokumentieren.

14. Jahrestagung des Bundesverbandes in Bremen 26.-28.3.2010

»Trauer - Trauma - Beziehung«

... das war unser Thema bei der diesjährigen Jahrestagung, die vom 26. bis 28. März 2010 vom Verein Verwaiste Eltern und Geschwister Bremen ausgerichtet wurde. Als Teilnehmerin und Mitorganisatorin hat es mich sehr berührt, wie viele sich von nah und fern auf den Weg nach Bremen ins »Hotel Atlantik am Universum« gemacht haben, um die vielfältigen Aspekte und den Umgang mit dem Trauma nach dem Tod eines Kindes auf unterschiedlichste Weise zu bearbeiten. Wir wandten uns auch der Frage zu, wie trauernde Eltern und Geschwister mit Blick auf ihre inneren Kraftquellen begleitet werden können, um eine neue Art von Beziehung zu ihrem toten Kind oder Geschwister zu gestalten.

In der umsorgenden Atmosphäre des »Hotel Atlantik am Universum«, dessen Team flexibel auf unsere teilweise merkwürdig anmutenden Wünsche reagierte, konnten wir uns einlassen auf die thematische Herausforderung und die unterschiedlichen Aspekte, die repräsentiert wurden durch die Workshops und das Publikumsgespräch am Samstag. Nach der Begrüßung unserer ersten Vorsitzenden, Petra Hohn, stimmte uns Sabine Müller mit ihrem thematischen Eröffnungsvortrag auf das Wochenende ein.

Nach dem italienischen Abendessen folgten die Lieder am Kamin, die in Ermangelung eines Kamins und mit den vielen Lichtern auf dem Boden zu einem Liederabend am »Lagerfeuer« wurden. Florian Huxmann spielte Gitarre und gab »Lieder von der Küste« zum Besten, unsere Schirmherrin Luci van Org und Kantor Hauke Scholten ergänzten das Repertoire von klassisch-besinnlich bis bluesig-rockig.

Am nächsten Morgen hielt die Krankenhausseelsorgerin Friederike Jordt die tief bewegende Morgenandacht, begleitet von Kantor Hauke Scholten und seinem E-Piano.

Nach dem Frühstück ging es in die Workshops, die als Fortbildung oder Workshops für Trauernde ausgeschrieben waren:

- Heidi Blohmann - »Anregungen für Gruppenleiter bei Frühtod«
- Leonore Matuschek - »Schuld - Schuldfrage«
- Brigitte Zickmann - »Klang und Stille«
- Luci van Org und Hauke Scholten - »Ich schreib ein Lied«

- Dr. Peter Holz - »Schreibwerkstatt«
- Mag. theol. Christine Fleck-Bohaumiltzky - »Wenn Kinder trauern«
- Christian Fleck - »Supervision für GruppenleiterInnen«
- Karin Grabenhorst - »Trauerwerkstatt - Hoffnungswerkstatt«, Treffpunkt für Trauernde
- Heiner Melching - Moderation des Publikumsgespräches zum Thema »Organspende«.

Vor dem Abendessen gab es eine »freie Zeit«, die einige TeilnehmerInnen als »Bildungspause« nutzten: Ein Kurzbesuch im »Universum«, um naturwissenschaftlichen Phänomenen mit allen Sinnen auf die Spur zu kommen (oder die Anregung, es beim nächsten Bremen-Besuch fortzusetzen, ...). Außerdem hatte ich ein Seidenbild vorbereitet, das in der Begleitung von Ulrike Lüthje gestaltet werden konnte.

Nach dem Abendessen besuchten uns die »Lerchen« und sangen Lieder aus unserem Musiktheater »Siris Reise oder Wo ist der Weg zur Ewigkeit?« und vom CD-Buch »So weit vor deiner Zeit«. Ich habe mich sehr gefreut, dass so viele »Lerchen« trotz der Osterferien bei uns eingeflogen sind!

Am nächsten Morgen gab es in der Reflexionsrunde noch einige gute Anregungen für die nächste Jahrestagung (für den Ablauf der Mitgliederversammlung, »Bücher und mehr«...), dann übergab ich den kleinen Leuchtturm an Conny und Holger Günther aus Erfurt.

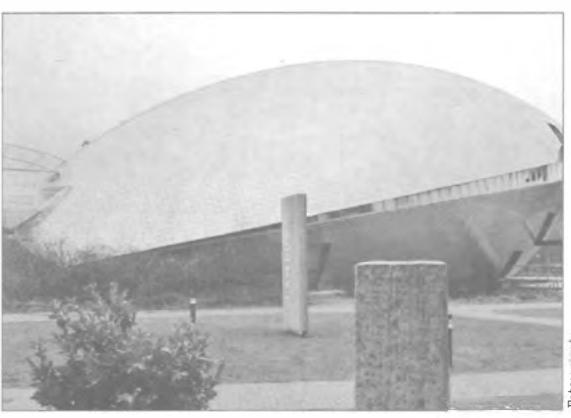
Mit Hauke Scholtens »Regenbogenlied« und seinem Reisesegen verabschiedete uns Christian Fleck zum Abschluss der Jahrestagung. Mit einigen TeilnehmerInnen, die sich noch den nordischen Wind um die Nase wehen lassen wollten,

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

5

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!?!«

14. JAHRESTAGUNG DES BUNDESVERBANDES IN BREMEN VOM 26. BIS 28. MÄRZ 2010



Universum

Foto: privat

ging es zum Stadtspaziergang in »Bremens gute Stube« – Schnoor, Böttcherstraße, dem Esel von den Bremer Stadtmusikanten die Füße und die Schnauze streicheln, das bringt Glück, und einmal in die Weser spucken, dann kommst du zurück!

Ich möchte jetzt DANKE sagen – allen, die bei der Planung, Vorbereitung, Gestaltung und Durchführung unserer Jahrestagung mitgewirkt haben, und ganz besonders dem Team des »Hotel Atlantik am Universum«!

Jede Jahrestagung hat ihre eigene Atmosphäre – ich habe bisher an vier Tagungen teilgenommen, und jedes Mal habe ich mich in dieser besonderen Atmosphäre sehr aufgehoben gefühlt, in unserer Gemeinschaft und mit der Verbundenheit der erinnernden Liebe zu den Kindern. Darum freue ich mich, dass uns der Wind das nächste Mal nach

Erfurt weht. Ich wünsche Conny und Holger Günther ein gutes Gelingen für die Vorbereitung und sage für heute Tschüß!

Eure Karin Grabenhorst aus Bremen

Ein großes Dankeschön!

Ich glaube, dass ich nicht nur für mich, sondern im Namen aller Teilnehmerinnen und Teilnehmer Karin ein großes Lob aussprechen und eine herzliches Dankeschön sagen darf – für die Wahl des Ortes, die Organisation und die permanente liebevolle Präsenz während der gesamten Tagung.

Nur der, der schon einmal eine solche Veranstaltung vorbereitet und organisiert hat, weiß, welche Arbeit dahinter steckt.

Vielen, vielen Dank, liebe Karin.

Christine Fleck-Bohaumilitzky



Impressionen – Bilder der Jahrestagung 2010 in Bremen

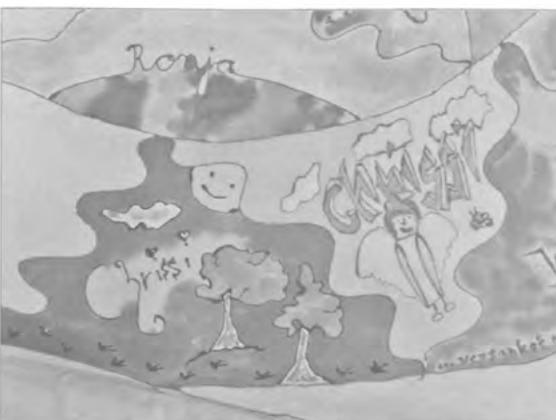


Verwaiste Eltern Bremen, Ausrichter der Jahrestagung.

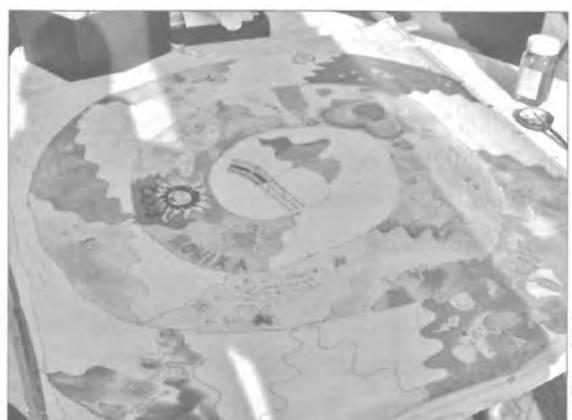


Luisa beim Seidenmalen

Foto: Holger Günther



Kunst in Bremen

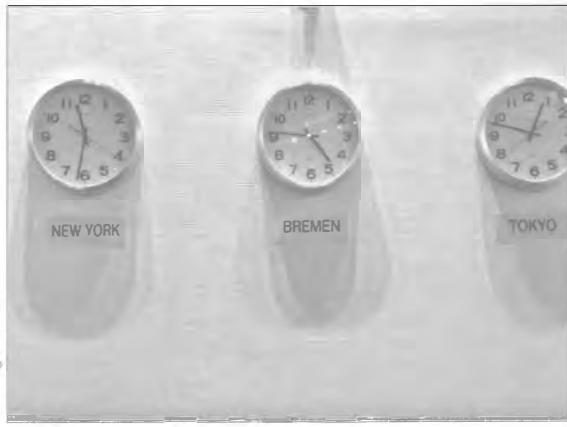


Seidentuch bemalen

Foto: Holger Günther



Im Gespäch vertieft.



Bremen – die Welt im Blick.

14

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

7

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«



Die Lerchen.



Florian Huxmann spielt Gitarre.

14. JAHRESTAGUNG DES BUNDESVERBANDES IN BREMEN VOM 26. BIS 28. MÄRZ 2010



Karin, Luci und Hauke.



Lieder am Kamin.



An der Schwelle zwischen Tag und Traum.



Conny und Hauke.

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

14

8

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

14. JAHRESTAGUNG DES BUNDESVERBANDES IN BREMEN VOM 26. BIS 28. MÄRZ 2010



Willy und Heike.



Dorothea und Luisa.

Foto: Holger Günther



Regenbogenlied.



Abschluss in Bremen.

Foto: Holger Günther



Besuch bei den Bremer Stadtmusikanten.

Foto: Inge Morassi

14. Jahrestagung des Bundesverbandes in Bremen 2010

Osterwochenende, ich sitze hier am PC um einen Beitrag für den neuen Rundbrief über die 14. Jahrestagung der Verwaisten Eltern in Bremen zu schreiben. Und die Christen in aller Welt feiern die Auferstehung Jesu, des Sohnes Gottes, von den Toten. Ostern ist in der christlichen Welt das Fest des Lebens, einer ungeahnten Lebensfülle. Dem Tod wurde die Macht genommen, denn das letzte Wort heißt Leben.

Das ist ein neues Leben mit Ewigkeitswert. Da ist keine Vertröstung auf den Himmel, sondern die Vernichtung des Todes.

Es ist schwer für Verwaiste Eltern, nach dem Tod ihres Kindes den Glauben an einen gerechten Gott aufrecht zu halten.

Und doch braucht man auf seinem Weg der Trauer einen Glauben, auch wenn er vielleicht nichts mehr mit diesen Glauben zu tun hat, den man vor dem Tod seines Kindes hatte.

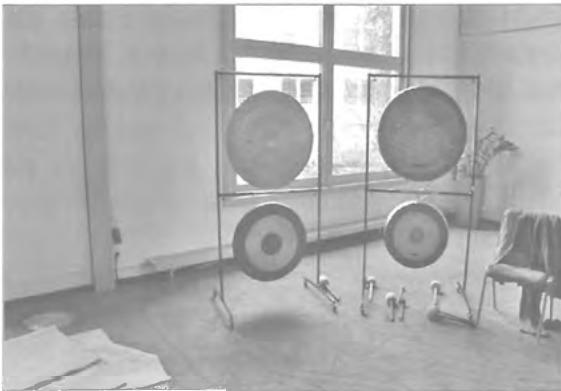
Man entwickelt ein feines Gespür für einen neuen Glauben, der einen trägt, tröstet und hoffnungsvoller Begleiter ist.

So wie man auch ein Gespür für Menschen entwickelt, die einen so annehmen und aushalten wie man sich nach dem Verlust eines Kindes gibt. Besonders fühlt man sich zu Menschen hingezogen, die das gleiche Schicksal teilen, wie man selbst.

Wie gut es einem in dieser Gemeinschaft von Menschen geht, konnte ich wieder zur 14. Jahrestagung im Netzwerk der Verwaisten Eltern in Bremen erleben. Heute, ein Wochende später, bin ich mit meinen Gedanken immer noch in Bremen und lasse die Eindrücke an mir vorüber ziehen.

Vielen Dank an Karin Grabenhorst und ihre HelferInnen für diese gelungene Jahrestagung. Wie gut ist es zu wissen, man ist auf seinen schweren Weg der Trauer nicht allein. Das Netzwerk der Verwaisten Eltern trägt und der Bundesverband,

Foto: Holger Günther



RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

14
9

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

14. JAHRESTAGUNG DES BUNDESVERBANDES IN BREMEN VOM 26. BIS 28. MÄRZ 2010

mit Petra Hohn als 1. Vorsitzender, hält die Fäden fest in der Hand.

Ich konnte viele gute Gespräche führen und es gab viele neue Anregungen für uns Gruppenbegleiter, da hatte man es schwer sich für einen der zahlreichen guten Workshops zu entscheiden. Da ich ein sehr interessanter Mensch bin und auch oft als Sammler neuer Ideen und Anregungen unterwegs bin, ließ ich mich auf das Workshopthema »Klänge der Trauer« ein.

Als ich den Raum des Workshops betrat, fielen mir sofort die riesigen Gongs auf, die an einem Gestell im Raum hingen. Ich dachte so bei mir: »Wenn man die alle schlägt, wird es bestimmt ziemlich laut werden«. Wie überrascht war ich dann, als die Leiterin des Workshops, Frau Zickmann, uns in die Geheimnisse des Gongs einführte und anmerkte, dass man einen Gong nie mit voller Wucht schlägt, sondern ihn nur streicht.

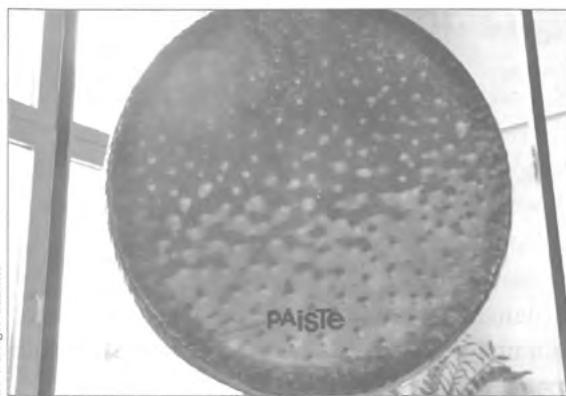
Sie spielte anschließend ein Konzert von 20 bis 25 Minuten, bei dem wir entweder sitzen bleiben, oder von der Möglichkeit Gebrauch machen konnten, uns entspannt auf den Boden zu legen.

Ich entschied ganz spontan, mich zu legen und der Dinge zu harren, die da kommen sollten. Als sehr kontrollierter Mensch war es mir unvorstellbar, dass diese Klänge etwas in mir bewegen könnten.

Foto: Holger Günther



Foto: Holger Günther



Nach den ersten Klängen schloss ich die Augen und nach gefühlten fünf Minuten ging in mir »die Post ab«, so etwas hatte ich vorher noch nie erlebt. Es war mir, als ob ich fliegen könnte. Mit unglaublichem Tempo flog ich durchs Himmelszelt, die Schleierwolken schossen nur so an mir vorbei.

Ich fühlte mich so leicht und frei, erst als die letzten Klänge verklungen waren, setzte ich ganz sanft zur Landung an.

Wie war so etwas möglich? Was waren das für Klänge, die Saiten in mir zum Klingen brachten, die ich nie für möglich gehalten hätte?

Im anschließenden Gespräch konnte jeder seine Erlebnisse schildern, und die waren sehr unter-

schiedlich, so wie wir auch unterschiedliche Menschen in dieser Gruppe waren. Wir stellten fest, jeder Mensch bewertet einen anderen Klang als positiv oder negativ.

Und Klänge können sehr hilfreich auf dem Weg der Trauer sein, sie können uns entlasten und stärken.

Nach einigen persönlichen Versuchen am Gong fand jeder von uns Teilnehmern seinen eigenen Klang. Mit einem guten Gefühl und vielen neuen Erfahrungen, auch über mich, verließ ich den Workshop.

Vielen Dank an Frau Zickmann für den guten Workshop.

Holger Günther

... – damit der Tod nicht das letzte Wort behält!

Endlich Frühling!

Ich kann meine Naturliebe endlich wieder ausleben. Roter Mohn blüht am Straßenrand. Der Tag wird länger. Ich mache Rast am Wegrand. Die Trauer macht weniger ohnmächtig. Das Grantigsein ist beendet, es beginnt das Ehe-Idyll. Lars ist ein Engel und sieht alles von oben. Das Leid wurde mit den Jahren gemildert. Die Nähe zur Natur tut mir gut. Jeder neue Frühling lässt mich diesen Tag anders erleben. Die Taktik, die dunkle Jahreszeit zu überstehen, hat wieder funktioniert. Geistig nahen sich arg die Feen, ohne Groll und ohne Namen. Innig hegen wir jetzt das Gute. Ja, jetzt bin ich leer. Die Güte mildert Pein und Jammern. Die artigen Typen nerven mich wieder. Manchmal hilft die Wahl der Zen-Meditation, um ruhig zu werden. Das rote Rohr ragt an den Kanal ran, der ranzig riecht.

Ja, das ist der Frühling!

... – damit der Tod nicht das letzte Wort behält! So lautete der Titel einer Schreibwerkstatt anlässlich der Jahrestagung 2010 der Verwaisten Eltern in Bremen. Der Eingangstext »Endlich Frühling« ist eines der Ergebnisse aus diesem Workshop.

Mit 9 Teilnehmerinnen und Teilnehmern haben wir unter der Anleitung von Kommunikationstrainer Peter Holz einen Vormittag lang sprachlich kreativ gearbeitet.

Wie ist nun der Eingangstext entstanden? Zunächst haben wir »Scrabble mal anders« gespielt.

Dazu schreibt jeder die einzelnen Buchstaben seines Vor- und Nachnamens auf je eine Metaplan-karte und bekommt dazu noch einen Joker. Dann beginnt das Scrabbeln. Da die Buchstaben des eigenen Namens in den seltensten Fällen komplett verwertet werden können, tauschen die Teilnehmer untereinander Buchstaben, bis (auch mit Hilfe der Joker) alles in Wörter umgesetzt ist. Alle gelegten Wörter werden auf Flipchart-Papier festgehalten. Anschließend wird eine Überschrift/ein Thema für einen Text festgelegt (z. B. *Endlich Frühling*); der erste Teilnehmer bildet einen Satz mit einem oder mehreren der Scrabble-Wörter und gibt dann den »Gesprächsball« an den nächsten Teilnehmer. Dieser bildet aus dem Wortschatz den nächsten Satz und gibt den Gesprächsball weiter – so lange, bis alle Wörter verbraucht sind. (Die Sätze werden in der Reihenfolge festgehalten und die verbrauchten Wörter jeweils aus der Liste gestrichen.)

Wir waren ganz überrascht, was für ein interessanter Text aus dieser ungewöhnlichen Grundlage entstanden ist!

Ein weiteres spannendes Experiment war das Schreiben eines Briefes mit der Nicht-Schreibhand (also überwiegend mit links), in diesem Fall aus der Perspektive einer Witwe. Die Gedanken galoppieren voraus, aber die Hand kommt nicht hinterher. So ist man gezwungen, länger in den Gedanken zu verharren, sie hin und her zu bewegen und den Brief in Achtsamkeit zustande kommen zu lassen.

Auch das Entziffern der eigenen – ungewohnten – Schrift bereit manchmal Schwierigkeiten ... Zum Abschluss haben wir aus Sprache ein Bild gestaltet. Dazu wählt man z. B. ein Wort, ein Satz-fragment oder einen ganzen Satz und schreibt dieses/diesen immer wieder auf DIN-A-3-Papier, in verschiedenen Farben, untereinander, über-einander, nebeneinander, im Kreis, auf dem Kopf ... bis die weiße Fläche gefüllt ist. Der Phantasie

sind keine Grenzen gesetzt, und es entstehen ganz unterschiedliche, aber höchst interessante Bilder.

Wir hatten viel Spaß, aber auch nachdenkliche Momente in dieser Schreibwerkstatt und haben viele neue Anregungen bekommen. Mit einem Wort: wir hätten alle gerne noch weitergemacht!

Dagmar Lütje-Heimberg, Leere Wiege Hannover

14
RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

11

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

14. JAHRESTAGUNG DES BUNDESVERBANDES IN BREMEN VOM 26. BIS 28. MÄRZ 2010

Foto: Holger Günther



Dr. Peter Holz.

Foto: Holger Günther



Wörter entstehen.

Foto: Holger Günther



Gelegte Worte.

Foto: Holger Günther



Beim Scrabbeln.

Foto: Holger Günther



»Scrabble«.

Foto: Holger Günther



Bilder aus Sprache.

Ein Geschenk für mich

»Ich schreibe ein Lied«, für diesen Workshop hatte ich mich angemeldet. Natürlich hatte ich mir vorher darüber Gedanken gemacht, wie das Lied aussehen könnte. Eine Liebeserklärung an meinen Sohn? Seine Liebeserklärung an mich? Eine Sehnsuchtsbeschreibung?

Und dann kam alles anders, als erwartet! Luci van Org und Hauke Scholten führten uns methodisch und behutsam zu unseren Themen. Sie begleiteten uns während der zur Verfügung stehenden Zeit kompetent beratend und helfend.

Bei der diesjährigen Tagung und diesem Workshop kam ich noch einmal ganz tief an den frischen Schmerz und an die Verzweiflung von damals – als mein 19-jähriger Sohn vor zwanzig Jahren einfach tot umfiel – an die Ohnmacht, an die Zerrissenheit und an die Gottesfrage. Ganz nah kam es an mein Herz und ganz tief hinein.

Doch zugleich waren die Erfahrungen, die geleistete Trauerarbeit und das Wachsen der zwanzig Jahre danach präsent: Meine Gelassenheit, die Lebenszugewandtheit, die Glücksfähigkeit, ein großes Freiheitsgefühl und vielleicht auch etwas Weisheit.

Und so entstand MEIN Lied, mein Lied, das von dem Zerrissensein erzählt und seiner Integration in mein Leben. Ich sah mich als Wanderin, die über den Regenbogen geht – die hin und her über und durch die Farben wandert, immer wieder, und in deren Leben alles seinen Platz hat: Der Tod und das Leben, die Trauer und das Glück, das Weinen und das Lachen – all das, was zu mir gehört, was ich durchlitten habe und was mein Leben jetzt lebendig macht.

Ich habe ein Lied geschrieben!

Und Luci hat es vertont!



Conny, Heike und Hauke.

Foto: Holger Günther



Heike und Hauke.

Foto: Holger Günther



Hauke am Keyboard.

Foto: Holger Günther

Ich kann nicht mit Worten beschreiben, was es mit mir macht, dass meine Worte so eine Melodie fanden – eine Melodie, die noch auf einer ganz anderen Ebene meine Worte und meine Gefühle aufnimmt und interpretiert ...

Luci und Hauke, bei euch bedanke ich mich von ganzem Herzen! Acht ganz unterschiedliche, ganz persönliche Lieder fanden acht ganz verschiedene Melodien. Die Töne bringen die Worte auf besondere Weise im Herzen zum Klingen. Ein Lied von mir für mich, ein Lied für meinen Sohn, für meine Trauer und für mein Leben! Danke!

Gisela Sommer



Workshop »Frühtod«

Das große Interesse an diesem Workshop zeigte, wie wichtig das Thema »Frühtod« für die Gruppenleiterinnen und -leiter im Bundesverband Verwaiste Eltern ist. Referentin Heide-Marie Blohmann, eine sehr engagierte, quirlige und sehr warmherzige Frau, von Beruf Hebammme, sowie Sterbe- und Trauerbegleiterin, hatte die Tische sehr ansprechend mit Kinderkaufladen-Zubehör dekoriert. Jede Teilnehmerin (und ein Teilnehmer) sollte sich aus dem Warenangebot etwas aussuchen, das sie besonders ansprach. So fanden alle schnell über Kindheitserinnerungen zu einander und auch zum Thema.

Ca. 85.000 Kinder sterben jährlich während der Schwangerschaft oder Geburt, bei Fehlgeburten, indizierten Schwangerschaftsabbrüchen, kurz vor während und nach der Geburt.

Betroffene Eltern stürzen in ein Gefühlchaos und stellen sich sogar oftmals die Frage: Sind wir überhaupt Mütter und Väter? Heide-Marie Blohmann beschrieb in ihrer Präsentation intensiv die Gefüllslage der betroffenen Eltern.

Ein besonders sensibler Bereich sind Schwangerschaftsabbrüche, denn hier kommt zur Trauer oftmals noch das Unverständnis der Umwelt hinzu.

Wichtig ist in der Trauerbegleitung auch bei früh verwaisten Eltern die Erhaltung bzw. das Wiedererlangen der physischen und psychischen Gesundheit. Die Eltern müssen dort, wo sie gerade sind, abgeholt und behutsam begleitet werden. Durch den Verlust des Kindes in einem so frühen Stadium des Lebens ist oftmals das Selbstwertgefühl ganz unten, Schamgefühle und Versagensängste kommen hinzu. Die Partnerschaft steht manchmal vor einer großen Zerreißprobe. Betroffene Eltern können auf fast keinen »Erfahrungsschatz« mit ihren Kindern zurückgreifen, andere kannten das Kind nicht und tun sich daher oftmals besonders schwer im Umgang mit den Eltern.

Wie kann Trauerbegleitung konkret erfolgen: Rituale sind – wie immer bei Trauernden – sehr wichtig. Dazu gehören beispielsweise das Betten des verstorbenen Kindes, wenn es im fortgeschrittenen Stadium der Schwangerschaft oder bei der Geburt verstorben ist, sowie das Fotografieren des Kindes.

Nahezu überlebenswichtig ist, dass die Eltern und die übrige Familie sich vom verstorbenen Kind verabschieden können.

Wenig Anerkennung als Trauernde haben Paare, deren Kind schon in den ersten Wochen einer Schwangerschaft verstorben ist. Hier bleiben Eltern oftmals nur einige wenige Ultraschallbilder und die Frage: Was ist mit meinem Kind geschehen, denn in den meisten Bundesländern wird ein Kind erst dann bestattet, wenn es ein Gewicht von 500 Gramm hatte. Glücklicherweise findet auch hier allmählich ein Umdenken und eine Veränderung im Bestattungsrecht statt.

Heidi Blohmann wies eindringlich auf die Bedeutung einer Trauerbegleitung bereits in den Kliniken hin. Trauerbegleiter sollten entsprechend qualifiziert sein. Sie ging ausführlich darauf ein, wie wichtig aktives Zuhören und das Achten auf die eigene Sprache ist. Die Teilnehmer des Workshops waren sich alle einig darin, dass Aufklärung und Information zum Thema »Frühtod« zum Pflichtprogramm in Kliniken gehören müsse.

Im zweiten Teil des Ganztagsworkshop ging es um die Arbeit in der Trauergruppe. Grundsätzlich braucht eine Gruppe immer eine Struktur, das schafft Sicherheit.

Es ist auch wichtig, auf besondere Zeiten im Jahr zu achten (z.B. Weihnachten) und das Datum des errechneten Geburtstermins wahrzunehmen. Die Abende sollen abwechslungsreich gestaltet werden (Buchempfehlung: Gemeinsam trauern, Kreuz-Verlag).

Abschließend gab es noch Anregungen für die Gestaltung und Dekoration eines Gruppenabends. Insgesamt war es ein äußerst lehrreicher und spannend gestalteter Tag.

Alle konnten viel Rüstzeug für die Arbeit mit Eltern, deren Kind früh verstarb, mitnehmen.

Nochmals herzlichen Dank an Heidi Blohmann (www.geburtshilfe-henriettenstiftung.de), die fachlich sehr fundiert und mit viel Gefühl den Workshop »Frühtod bei Kindern« so wunderbar gestaltete.

Inge Morassi

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010
14

13

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

14. JAHRESTAGUNG DES BUNDESVERBANDES IN BREMEN VOM 26. BIS 28. MÄRZ 2010

Workshop »Schuld – Schuldfrage«

Im Nachgang zur Jahrestagung in Bremen hier ein paar Zeilen von mir als Referentin:

Ich bin ganz beseelt nach Hause gefahren – froh, dass ich dabeisein durfte (tolles Hotel) und dass sich meine Vorarbeit so gelohnt hatte.

Auf dieser Basis war das bleischwere Thema »Schuld« mit einer gewissen Leichtigkeit zu bewegen.

Dazu waren die Beispiele aus dem Leben der TeilnehmerInnen (zwölf) und Teilnehmer (zwei) sehr lebendig und die Gespräche darüber dementsprechend tiefgehend. Teilgenommen haben GruppenbegleiterInnen, SeelsorgerInnen und andere im sozialen Bereich und der Trauerbegleitung tätige Personen – etliche davon mit eigener Betroffenheit durch Verluste im engen Umfeld. Die Tageseinheit war als Fortbildung ausgeschrieben.

Hier nun einige Teile meiner schriftlichen Workshop-Planung:

Meine 120 ausgelegten Symbolgegenstände tragen immer zu einem guten, leichtgängigen Einstieg bei – sowohl für das gegenseitige Kennenlernen als auch zugleich für erste Schritte in das Thema des Tages; das haben mir – zig Erfahrungen gezeigt und das hat sich erneut bestätigt.

Wichtig war den TeilnehmerInnen der Text »Schuld und Gegenbild«, da er ein ganz konkretes Beispiel einer Möglichkeit des »Pendelns« zwischen Schuldgedanken und einem zur Wahl stehenden selbst gewählten, positiv emotional besetzten »Gegenbild« enthält.

Als Grundlage für das Referat (theoretischer Teil) hatte ich den Text von Chris Paul vorliegen. Den Vortrag von ihr persönlich hatte ich einmal gehört und fand die Gedankengänge nachvollziehbar und interessant. Rückmeldung der TeilnehmerInnen danach: Es handelt sich um einen liebevollen, wertschätzenden Blick auf das Thema Schuld – ich hätte es dazu warmherzig rübergebracht, und man habe nun einen ganz neuen Blick auf das schwere Thema.

Leider musste die Praxis-Übung »Schuld und Verteidigung« aus Zeitgründen als »Spiel« entfallen, auf Wunsch der TN habe ich sie aber erklärt und als Möglichkeit dargestellt.

Spaß gemacht hat zu Beginn der ersten Praxis-Übung die lockere Einteilung in Zweiergruppchen mit den durchgeschnittenen Sprichworten.

Gute Rückmeldungen zu den einzelnen Teilen des Workshops hatte ich durchweg – auch zu der

Schlussmeditation, die ich aus verschiedenen mir zuvor bekannten Elementen speziell für diesen Workshop »zurechtgebastelt« hatte.

Im Übrigen hatte ich an drei Stellen im Raum je ein unterschiedliches Gedicht aufgehängt, damit zwischendurch Blick und Verstand etwas anderes, Besänftigendes finden konnten.

Schuld und Gegenbild

Was ändert sich an einer Situation, wenn wir nach einer Antwort auf ausgleichende Gerechtigkeit suchen? Es handelt sich um ein ähnliches Dilemma wie das der Sinnfrage, wenn etwas anders verläuft als vorgestellt. Die Lösung des Problems liegt im Finden innerer Distanz, im Vertrauen finden, dass »es« seinen Sinn hat, den man jetzt nicht verstehen und erfassen kann. Dies ist eine Fähigkeit, die in Zeiten, in denen es uns gut geht, geübt werden muss. Je ehrlicher ich zu mir selbst bin, je weniger ich ablenke und fliehe, desto eher gelingt mir diese innere Distanz bei schwerer Betroffenheit. Denn durch bewussten und intensiven Lebensstil lässt sich zu innerer Ruhe und zu der Fähigkeit des Relativierens finden.

Was aber tun, wenn Sie die Schuldfrage eben doch sehr beschäftigt?

Schieben Sie sich selbst oder jemand anderem die Schuld zu, dann helfen Sie sich nicht.

Sie steigern sich in Zorn auf sich selbst oder die vermeintlich Schuldigen und schaffen damit ein bitteres Klima in sich und trüben damit das Weiterleben. Sie lassen das Gefühl, etwas verpasst zu haben, aufsteigen. Was bringt Ihnen dies Positives? Die Situation ist nun so, wie es gekommen ist.

Linderung von quälenden Gedanken kann nur in wohlwollender Atmosphäre erfolgen. Deshalb geht es jetzt um die Frage, was Sie sich Wohltuendes zukommen lassen können, und nicht darum, sich zu beschimpfen. Die Suche nach positiven Einflüssen und nach dem Sinn des Geschehens für eine zukünftige eigene Weiterentwicklung ist jetzt ergiebiger als die Schuldfrage.

Wenn du seelisch leidest, rede dir selbst verständnisvoll zu, statt dass du durch eine lieblose »Reiß-dich-zusammen!-Haltung« deine Stimmung trübst. Wo oder bei wem kannst du dich aussprechen? Drücke deine Not irgendwie aus. Beispiele sind auch Musizieren, Malen, Tanzen, sich in irgendeiner Form kreativ äußern. Versuche, dir

Workshop »Frühtod«

Das große Interesse an diesem Workshop zeigte, wie wichtig das Thema »Frühtod« für die Gruppenleiterinnen und -leiter im Bundesverband Verwaiste Eltern ist. Referentin Heide-Marie Blohmann, eine sehr engagierte, quirlige und sehr warmherzige Frau, von Beruf Hebamme, sowie Sterbe- und Trauerbegleiterin, hatte die Tische sehr ansprechend mit Kinderkaufladen-Zubehör dekoriert. Jede Teilnehmerin (und ein Teilnehmer) sollte sich aus dem Warenangebot etwas aussuchen, das sie besonders ansprach. So fanden alle schnell über Kindheitserinnerungen zu einander und auch zum Thema.

Ca. 85.000 Kinder sterben jährlich während der Schwangerschaft oder Geburt, bei Fehlgeburten, indizierten Schwangerschaftsabbrüchen, kurz vor während und nach der Geburt.

Betroffene Eltern stürzen in ein Gefühlchaos und stellen sich sogar oftmals die Frage: Sind wir überhaupt Mütter und Väter? Heide-Marie Blohmann beschrieb in ihrer Präsentation intensiv die Gefühlslage der betroffenen Eltern.

Ein besonders sensibler Bereich sind Schwangerschaftsabbrüche, denn hier kommt zur Trauer oftmals noch das Unverständnis der Umwelt hinzu.

Wichtig ist in der Trauerbegleitung auch bei früh verwaisten Eltern die Erhaltung bzw. das Wiedererlangen der physischen und psychischen Gesundheit. Die Eltern müssen dort, wo sie gerade sind, abgeholt und behutsam begleitet werden. Durch den Verlust des Kindes in einem so frühen Stadium des Lebens ist oftmals das Selbstwertgefühl ganz unten, Schamgefühle und Versagensängste kommen hinzu. Die Partnerschaft steht manchmal vor einer großen Zerreißprobe. Betroffene Eltern können auf fast keinen »Erfahrungsschatz« mit ihren Kindern zurückgreifen, andere kannten das Kind nicht und tun sich daher oftmals besonders schwer im Umgang mit den Eltern.

Wie kann Trauerbegleitung konkret erfolgen: Rituale sind – wie immer bei Trauernden – sehr wichtig. Dazu gehören beispielsweise das Betten des verstorbenen Kindes, wenn es im fortgeschrittenen Stadium der Schwangerschaft oder bei der Geburt verstorben ist, sowie das Fotografieren des Kindes.

Nahezu überlebenswichtig ist, dass die Eltern und die übrige Familie sich vom verstorbenen Kind verabschieden können.

Wenig Anerkennung als Trauernde haben Paare, deren Kind schon in den ersten Wochen einer Schwangerschaft verstorben ist. Hier bleiben Eltern oftmals nur einige wenige Ultraschallbilder und die Frage: Was ist mit meinem Kind geschehen, denn in den meisten Bundesländern wird ein Kind erst dann bestattet, wenn es ein Gewicht von 500 Gramm hatte. Glücklicherweise findet auch hier allmählich ein Umdenken und eine Veränderung im Bestattungsrecht statt.

Heidi Blohmann wies eindringlich auf die Bedeutung einer Trauerbegleitung bereits in den Kliniken hin. Trauerbegleiter sollten entsprechend qualifiziert sein. Sie ging ausführlich darauf ein, wie wichtig aktives Zuhören und das Achten auf die eigene Sprache ist. Die Teilnehmer des Workshops waren sich alle einig darin, dass Aufklärung und Information zum Thema »Frühtod« zum Pflichtprogramm in Kliniken gehören müsse.

Im zweiten Teil des Ganztagsworkshop ging es um die Arbeit in der Trauergruppe. Grundsätzlich braucht eine Gruppe immer eine Struktur, das schafft Sicherheit.

Es ist auch wichtig, auf besondere Zeiten im Jahr zu achten (z.B. Weihnachten) und das Datum des errechneten Geburtstermins wahrzunehmen. Die Abende sollen abwechslungsreich gestaltet werden (Buchempfehlung: Gemeinsam trauern, Kreuz-Verlag).

Abschließend gab es noch Anregungen für die Gestaltung und Dekoration eines Gruppenabends. Insgesamt war es ein äußerst lehrreicher und spannend gestalteter Tag.

Alle konnten viel Rüstzeug für die Arbeit mit Eltern, deren Kind früh verstarb, mitnehmen.

Nochmals herzlichen Dank an Heidi Blohmann (www.geburtshilfe-henriettenstiftung.de), die fachlich sehr fundiert und mit viel Gefühl den Workshop »Frühtod bei Kindern« so wunderbar gestaltete.

Inge Morassi

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010
14

13

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!?!«

14. JAHRESTAGUNG DES BUNDESVERBANDES IN BREMEN VOM 26. BIS 28. MÄRZ 2010

Das Verständnis für mich selbst – statt zu hadern – öffnet mich allmählich dafür, Ruhe zuzulassen ...

Mein ganzer Körper ist entspannt und locker ...
Meine Ruhe dehnt sich in mir aus ...

Was würde ich antworten, wenn mich jemand anderes nach ausgleichender Gerechtigkeit fragt? ...

Was würde ich auf die Frage eines anderen nach Schuld entgegnen? ...

Ich akzeptiere, dass es Schicksalsfragen gibt, welche offen bleiben ...

Viele Menschen sind diesen Fragen ausgeliefert, und bleiben ohne Antwort ...

Ich versuche, weniger Schuldgefühle, Bestrafungs- oder Gerechtigkeitsfragen aufkommen zu lassen, weil sie mich unnötig aufwühlen ...

Ich rede mir liebevoll zu, wenn es mich wieder überfallen sollte ...

Ich bin bereit, mich vermehrt auf Heilsames zu konzentrieren ...

Ich spüre die Wirkung dieser Einstellung ...

Ich erstarke durch mich ...

Ich fühle mich freier, offener, sicherer werden ...

Ich bin in mir geborgen ... Leonore Matouschek

Workshop »Schuld – Schuldfrage« mit Leonore Matouschek

Der erfahrenen Trauerbegleiterin Leonore Matouschek, sie gehört zu den »Gründungsmüttern«, der Verwaisten Eltern Hamburg, gelang es ohne sichtbare Mühe, ein bleischweres Thema mit einer respektierenden Leichtigkeit zu vermitteln. Zu ihrer sorgfältigen Vorbereitung und ihrem Improvisationstalent kamen die Bereitschaft und die Offenheit der Teilnehmer. Von Anfang an zeigte sich, auch in den Gesprächsübungen, wie wenig hilfreich es ist, jemandem seine Schuldgefühle ausreden zu wollen. Denn dadurch wird derjenige isoliert. Stattdessen hilft deutliches Wahrnehmen und Anerkennen: »Ich höre dich, es muss schwer sein!« Mehrmals war die Rede von gegenseitiger Wertschätzung und der Begegnung auf Augenhöhe in den Gruppen und überhaupt Trauernden gegenüber.

Da Schuldgefühle mit Ohnmacht einhergehen, sollte versucht werden, die Ohnmacht zu verringern. Sehr einleuchtend und dazu angenehm war die Übung, ein persönliches positives Gegenbild zu den Schreckensgedanken zu etablieren, etwas Festes, das Sicherheit gibt. So besteht die Wahlmöglichkeit zwischen beiden, und die Ohnmacht schwindet.

Leonore Matouschek hatte sich stark von Chris Paul inspirieren lassen. Dazu kam das Einbeziehen von Sprichwörtern, Gedichtzeilen sowie spielerischen Übungen. Die Zeit war kurz bemessen, leider. Als äußerst positiv möchte ich hervorheben, wie engagiert sich Leonore Matouschek auch über die Leitung des Workshops hinaus in die Tagung einbrachte, wie sie immer wieder in Gesprächen anzutreffen war und gute Laune ausstrahlte.

Beate Bahnert

Trauerwerkstatt – Hoffnungswerkstatt – Treffpunkt für Trauernde

Ein persönlicher Erfahrungsbericht

In dem Workshop von Karin Grabenhorst hatten meine Tochter und ich sogleich den Eindruck, mit auf eine Reise genommen zu werden. Nach einer kurzen Einführungsrunde, in der ein Leuchtturm herumgereicht wurde und jeder Teilnehmer die Chance bekam, seine Trauer aufleuchten zu lassen, ging es sogleich an die Reisevorbereitungen. Route, Weggefährten, Proviant, alles blieb offen. Lediglich das Fortbewegungsmittel wurde uns genannt. Und so bekamen wir die Aufgabe, die Konturen eines Bootes auf ein Blatt Papier zu malen. Mit Verwunderung nahm ich wahr, wie

unterschiedlich diese Boote ausfielen. Kein Schiff glich dem anderen. Von einer Dschunke bis zum Hochseedampfer, einer Nussschale bis zur Wiege war alles vertreten. Ja, ein Gefährt hatte sogar die Form eines Sternenbootes.

Nachdem sich jeder zu seinem Boot geäußert hatte, erhielten wir in einem nächsten Schritt die Aufgabe, die gezeichneten Umrisse unserer Fortbewegungsmittel zu umreißen. Das war gar nicht so leicht, vor allen Dingen für mich, da mein Boot in einem Meer von Wellen kaum auszumachen war. »Eine Welle und mein Boot versinkt«, so gab ich zum Besten. Worauf Karin sinngemäß ein-

lenkte: »Ja, und eine Welle und dein Boot bekommt wieder Auftrieb«.

Was macht man mit einem klitzekleinen Boot, das zwei Mal aus Versehen mit all den vielen anderen Schnipseln aus dem Papierkorb gefischt werden musste? Nun, während alle anderen Workshopteilnehmer damit beschäftigt waren Anker, Rettungsringe, Maste, Segel sowie Namen der Verstorbenen auf ihren Booten zu verewigen, schaute ich mir erst einmal das Loch an, das mein ausgerissenes Bötchen auf meinem Blatt hinterlassen hatte. Und ich dachte, so ist es in der Trauer, keine geraden Linien nur ausgerissene Kanten und Ecken. Schnell fand ich Abhilfe und schrieb den Namen meines verstorbenen Sohnes Cajus quer über das Blatt Papier, welches ich zusätzlich mit einem Sternenmeer übersäte. So auf meine Trauer blickend, kam ich mir ganz schön verloren vor, kurz vor dem Ertrinken dem Himmel so nah. Doch dann schoss es mir durch den Kopf: »Wie wäre es, wenn ich meiner Trauer einen Rahmen gäbe?« Schnell nahm ich einen Stift zur Hand und malte große, geschwungene Rahmen, wie Wechselrahmen in mein Bild, ohne mein Boot aus dem Blickfeld zu verlieren. Denn die Trauer, das war mir klar, wird immer in meinem Blickfeld bleiben, wenn auch mal mehr und mal weniger.

Was mich an dem Austausch mit den Workshopteilnehmern und Teilnehmerinnen besonders beeindruckte, war der Umgang mit Trauer von Männern. Während viele der »Reisegefährten« versuchten, ihre Boote mittels Segel und Motoren sturmfest zu machen, hatte ein trauernder Vater sein Boot in eine technische Schaltzentrale verwandelt.

Sogleich musste ich daran denken, wie viel wir von trauernden Männern lernen können. In unserer modernen technisierten Welt wird wohl kaum ein Hochseeschiff ohne diese technischen Hilfsmittel auskommen können. Auch wir als Trauernde müssen lernen, Hilfe anzunehmen. Und so schrieb ich denn auch gleich – wenn auch nur gedanklich – den Verein Verwaiste Eltern auf die Fahnen meines Minibootes. Denn schließlich säße ich ohne die Tatkraft von Petra Hohn, Karin Grabenhorst und all die vielen Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen nicht in dieser Hoffnungswerkstatt. Einer Werkstatt, die meiner Tochter und mir einen Zugang zu neuen Ausdrucksformen in der Trauer ermöglichte.

Karin Grabenhorst war es dann schließlich auch, die unserer Reise durch die Trauer neuen

Schwung verlieh. Im zweiten Teil ihres Workshops konnten wir mit eigenen Händen und aufgekrempten Ärmeln erfahren, was es heißt hautnah mit unfreiwilligen Eingriffen und Übergriffen des Lebens umzugehen. Zu ausgewählter Musik ließ Karin jeweils unterschiedliche Farbkleckse auf unsere zuvor mit Tapetenkleister versehenen Blätter rieseln. Eine »Zumutung«, wie ich fand, denn schließlich wurde ich nicht gefragt, ob und an welcher Stelle meines Bildes Farbe erscheinen sollte. Wie beim plötzlichen Einbruch einer Katastrophe erlebte ich mich. Fassungslos, wie so viele stand ich vor meinem Bild. Ein Farbklecks, der mein Leben veränderte und der, wenn ich ihn nicht aufnehme, mein ganzes Bild zu überschwemmen drohte.

Drei weitere Farbgüsse (von stimmungsvoller Musik begleitet) erfolgten, bei denen jeder seine Gefühle von Fassungslosigkeit und Bestürzung auf unterschiedliche Weise »aufgreifen« und »verarbeiten« konnte. Schließlich wurde uns doch noch die Möglichkeit gegeben zwischen zwei Farben wählen zu können (welch eine Wohltat!).

Was am Ende dabei herauskam? Ein Farbgemisch, das sich bei vielen Malenden teilweise in einem schmutzigen Braun verlor und erstaunlich viele Herzen. Aus seinem jeweiligen Farb- und Formengemisch konnte zu guter Letzt jeder mit Hilfe der Rückseite seines ausgerissenen Bootes einen Abdruck machen. Auf diese Weise bekam die Trauer, wie Karin sagte, eine zweite Seite. Eine, die trägt, wie ein Boot, und eine, die bearbeitet werden möchte, wie in dem zuvor erlebten Spiel mit Farben.

Was mir an Karins Vorgehensweise besonders gut gefiel, war, dass sie so viel Freiraum gab, so dass etwas entstehen konnte, was sich zuvor niemand erträumt hätte: Eine heitere, ja bisweilen fröhliche, lockere Stimmung, bis hin zu einer tiefen, stillen, konzentrierten Atmosphäre, bei der man genau spüren konnte, dass ein jeder ganz bei sich war. Schon lange hatte ich nicht mehr so ein einvernehmliches, vertrauensvolles Schweigen erlebt. Danke, liebe Karin, dass du uns durch deine einfühlsame Weise so weit hast reisen lassen!

Ob in dem Bild einer friedlich schaukelnden Nusschale oder mit dem Auftauchen eines je versunkenen Schiffes aus einem Wellenmeer, in den Herzen der verwaisten Mütter, Vätern und Geschwister entstand ein neues Bild von Trauer. Erinnernde Liebe, so nannte es Karin. Eine Liebe, die mich während der ganzen Tagung begleitete.

Mit großem Dank an alle Dorothea Stockmar

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

17

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

14. JAHRESTAGUNG DES BUNDESVERBANDES IN BREMEN VOM 26. BIS 28. MÄRZ 2010

»Das Regenbogenlied« • Text und Musik: Hauke Scholten

1) Wir sitzen hier zusammen im Sand,
am Horizont spannt sich der Regenbogen,
verbunden sind wir in den Ewigkeiten,
in Hoffnung auf Frieden.

2) Nichts geht verloren in dieser Welt,
keine Asche und kein Wassertropfen,
kein Sternenstaub und auch kein Blatt,
kein Sandkorn, keine Liebe.

Refrain

(wird 2 oder mehrmals wiederholt):

Wir werden unsere Wege geh'n,
werden uns bald wiederseh'n
im Regenbogenlicht.

Wir werden uns bald wiederseh'n,
wenn in Tränen sich das Licht
in Regenbogenfarben bricht.



TeilnehmerInnen beim Singen des Regenbogenliedes

Foto: Holger Günther

14. Jahrestagung des Bundesverbandes in Bremen

Vor einiger Zeit war die 14. Jahrestagung im Netzwerk Verwaiste Eltern zu Gast in Bremen. Nach Moritzburg (Sachsen) im äußersten Osten Deutschlands 2007 fand die Jahrestagung 2008 in Remscheid (Nordrhein-Westfalen) im Westen Deutschlands statt.

Gastgeber für die 13. Jahrestagung 2009 war München (Bayern) im Süden unseres Landes. Und nun dieses Jahr Bremen, im hohen Norden. Wie kann man unsere Vernetzung nach außen besser darstellen als durch die Tagungsorte unserer Jahrestagungen und was stärkt und würdigt die Arbeit der einzelnen Landesverbände mehr, als die Ausrichtung einer Jahrestagung? Ich finde es geht weit über einen Symbolcharakter

hinaus. Es zeigt mit der Gliederung in Landesverbände unsere Darstellung nach außen noch prägnanter und wir sind damit auf einem guten Weg. Dies spiegelt sich auch in der Akzeptanz des Bundesverbandes in Politik, Medien und der Gesellschaft wieder. Mit der Einrichtung einer festen Geschäftsstelle in Leipzig konnten wir einen zentralen Punkt in Deutschland schaffen, der für jeden sichtbar und als Anlaufstelle nutzbar ist. Eine feste Geschäftsstelle ist ein unverzichtbarer Ort für eine gut vernetzte Verbandsarbeit und für die Außenwahrnehmung der Arbeit der Verwaisten Eltern in der Bundesrepublik. Nur so können wir mit unserer wichtigen Arbeit in der Öffentlichkeit die Wertschätzung errei-

chen, für die unser Anliegen steht.

Als gute Tradition auf Jahrestagungen hat sich unser Vernetzungstableau entwickelt. An ihm können alle Teilnehmer ihren Flyer der Gruppe oder des Vereins anbringen – so sieht man, woher sie angereist sind, und man erlebt anschaulich und greifbar das Netzwerk der verwaisten Eltern. Ich glaube wir können zu Recht stolz auf unser bisher Erreichtes sein, auch wenn immer noch eine Steigerung möglich ist.

Die 15. Jahrestagung im Netzwerk der Verwaisten Eltern findet 2011 in Erfurt (Thüringen) statt. Die Regionalstelle der Verwaisten Eltern Ostthüringen erklärte sich nach der Absage der Trauenden Eltern Rhein-Main e.V. bereit, die Jahrestagung 2011 auszurichten.

Vom 8. April bis zum 10. April 2011 treffen wir uns in der Mitte der Bundesrepublik oder wie man es in der Werbung sagen würde »im grünen Herzen Deutschlands«.

Erfurt ist aus allen Regionen Deutschlands gut zu erreichen, ob mit der Bahn, mit dem Auto über die Autobahn, oder sogar mit dem Flugzeug.

Als Tagungsort in Erfurt konnten wir das ehrwürdige Augustinerkloster, in der Mitte der Stadt gelegen, gewinnen. Es verfügt über schön renovierte Zimmer und gut ausgestattete Tagungsräume.

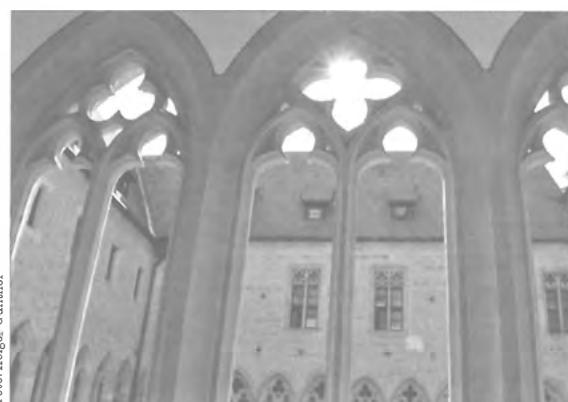
Ich möchte im Namen der Verwaisten Eltern Thüringen hiermit, recht herzlich zur 15. Jahrestagung im Netzwerk der Verwaisten Eltern nach Erfurt einladen und freue mich schon jetzt auf konstruktive sowie Mut machende Gespräche und Begegnungen.

Holger Günther,
Koordinator Verwaiste Eltern Thüringen,
Mitarbeiter im Arbeitskreis Vernetzung
des Bundesverbandes



Kloster Erfurt.

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010



Kloster Erfurt.

19

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«



Kreuzgang im Kloster Erfurt.

14. JAHRESTAGUNG DES BUNDESVERBANDES IN BREMEN VOM 26. BIS 28. MÄRZ 2010



Klostergarten Erfurt.

Foto: Holger Günther



Vernetzung.

Foto: Holger Günther

15. Jahrestagung des Bundesverbandes in Erfurt 2011

Liebe trauernde Mütter, liebe Väter und Geschwister, liebe Mitglieder, liebe Begleiterinnen und Begleiter sowie Interessierte!

Das Jahrestreffen 2011 wird im Augustinerkloster zu Erfurt stattfinden.

Lebensschritte und Wegbegleitung auf dem Trauerweg

Für jeden von uns ist es zuerst sein ganz eigener Weg. Niemand vor uns ist ihn so gegangen wie wir ihn nun gehen.

Er ist oft erstmalig und einmalig. Liebe, Mut, Vertrauen und Verantwortung sind der Anfang eines Weges. Wir bestimmen die Art zu gehen und ebenso das Tempo und die Schrittfolge.

Beim Heben des Kopfes sehen wir, da sind Menschen, die mitgehen: Anfänger und Fortgeschrittene, Starke und Schwache, Unsichere und Wegkundige. Es ist oft ein großes Glück, den Weg nicht allein gehen zu müssen, sondern jemanden zu haben, dessen Hand man festhalten kann und der einen begleitet.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Petra Hohn, 1. Vorsitzende

Holger Günther, Regionalstellenleiter Ostthüringen

BUNDESVERBAND VERWAISTE ELTERN

IN DEUTSCHLAND E.V.

Mitglied im PARITÄTISCHEN Gesamtverband

An der Verfassungslinde 2 • 04103 Leipzig

Tel.: 0341-946 888 4 • Fax: 0341-902 349 0

Email: kontakt@veid.de • Internet: www.veid.de

PROGRAMM

Freitag

11.00 bis 12.00 Uhr

Regionalstellentreffen

13.00 bis 15.00 Uhr

Mitgliederversammlung

15.00 Uhr

Kaffeetrinken

16.00 Uhr

Begrüßung und Eröffnung durch die 1. Vorsitzende, Frau Petra Hohn

Grußwort durch die Sozialministerin des Freistaates Thüringen, Frau Heike Taubert

Vortrag: *Lebensschritte und Wegbegleitung in der Trauer*, Prof. Dr. Reiner Sörries

Anschließend steht der Beirat des Bundesverbandes für Anfragen zur Verfügung

18.00 Uhr

Abendessen

20.00 Uhr

»Trauer in Bildern und Texten«

Ausstellung von Dorothea Stockmar

Einspielungen aus dem Bremer Workshop »Ich schreib ein Lied« (Luci van Org/Hauke Scholten)

Samstag

7.30 Uhr

Morgenlob

BUNDESVERBAND VERWAISTE ELTERN

IN DEUTSCHLAND E.V.

Mitglied im PARITÄTISCHEN Gesamtverband



Lebensschritte und Wegbegleitung auf dem Trauerweg

15. Jahrestagung im Netzwerk Verwaiste Eltern

Für Mitglieder und Gruppenbegleiter/innen,
für alle die an der Arbeit
mit trauernden Menschen interessiert sind
und für Betroffene

8. bis 10. April 2011 in Erfurt

8.00 Uhr

Frühstück

9.00 bis 12.00 Uhr

Workshops

12.30 Uhr

Mittagessen

13.00 Uhr

Im Renaissancehof – Ideen für die Grabbepflanzung, Bedeutung der einzelnen Pflanzen. Bärbel Görbing (Gärtnerin und Landschaftsgestalterin)

14.00 bis 17.00 Uhr

Workshops

18.00 Uhr

Abendessen

20.00 Uhr

»Siris Reise oder Wo ist der Weg zur Ewigkeit?«, Musiktheater. DVD-Vorstellung durch Karin Grabenhorst und Hauke Scholten

Workshops ganztägig 9.00 bis 17.00 Uhr

1. Arbeiten mit Speckstein – Gib deiner Trauer eine Gestalt. Eike Geertz (Bildhauerin)

T/FB

2. Schreiben als individueller Ausdruck des Trauerns, damit der Tod nicht das letzte Wort behält. Dr. phil. Peter Holz (Sprachwissenschaftlicher Mediator) **FB**
3. Trauerwerkstatt-Hoffnungswerkstatt. Karin Grabenhorst (Pädagogin, Kunsttherapeutin) **T/FB**
4. Anregung für Gruppenbegleiter bei Frühtod von Kindern. Ralf und Heidi Blohmann (Leitende Hebamme, Trauerbegleiterin) **FB**

Workshops halbtägig 9.00-12.00 Uhr

5. Körperwahrnehmung/Stressmanagement. Daniela Richter M.A. (Erziehungswissenschaftlerin) **T/FB**
6. Männer in der Trauer. R.-M. Turek (Seelsorger am Uniklinikum Leipzig) **T/FB**
7. Wie begleite ich eine Geschwistertrauergruppe. Kerstin Gleißberg, Luisa Günther **FB**

Workshops halbtägig 14.00-17.00 Uhr

8. Umgang mit den Medien beim Tod eines Kindes. Katrin Hartig (Journalistin) **T/FB**
9. Rituale der Trauer sind Lebensschritte. Dipl. theol. Christian Fleck, Mag. theol. Christine Fleck-Bohauptmilitzky **T/FB**
10. Finanzierung-Werbung-Öffentlichkeitsarbeit. Achim Weber (Paritätischer Gesamtverband) **FB**

»T/FB« sind offen für Trauernde und Gruppenbegleiter/innen; »FB« sind nur Gruppenbegleiter/innen vorbehalten

Sonntag

7.30 Uhr

Morgenlob

8.00 Uhr

Frühstück

9.00 Uhr

Abschlussgespräch

9.45 Uhr

Abschlussritual und Reisesegen in der Klosterkirche

11.00 Uhr

Stadtführung (bitte verbindliche Anmeldung)

Tagungsgebühren

inkl. Workshops, Unterkunft und Verpflegung. Parkgebühren und Getränke sind nicht enthalten.

Nichtmitglieder:

EZ: 200 € DZ: 170 € pro Person

Mitglieder:

EZ: 160 € DZ: 130 € pro Person

Tagesteilnehmer

Nichtmitglieder: 100 €

Mitglieder: 60 €



**RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010**

21

**»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«**

14. JAHRESTAGUNG DES BUNDESVERBANDES IN BREMEN VOM 26. BIS 28. MÄRZ 2010

(Aufgrund der Platzkapazität muss die Zahl der Tagesteilnehmer leider begrenzt werden).

Diese Teilnehmergebühr deckt die entstehenden Kosten bei weitem nicht. Der Differenzbetrag wird vom Bundesverband der Verwaisten Eltern in Deutschland e. V. übernommen.

Anmeldeschluss ist der 15. Januar 2011. Eingang der Zahlung ist gleich Teilnahmebestätigung, ohne vorherige Bezahlung der Tagungsgebühr ist leider keine Teilnahme möglich.

Änderungen vorbehalten!

Anfahrt

Evangelisches Augustinerkloster zu Erfurt
Augustinerstraße 10 • 99084 Erfurt

Mit dem Auto

Das Augustinerkloster verfügt nur über wenige eigene Parkplätze. Parkmöglichkeiten in der Nähe sind die Parkfläche AM HÜGEL sowie die beiden Parkhäuser ANGER 1 und THÜRINGENHAUS.

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln

vom Hauptbahnhof mit Straßenbahnlinie 1 (Richtung Europahaus), Haltestelle Augustinerstraße.

BUNDESVERBAND VERWAISTE ELTERN
IN DEUTSCHLAND E.V.

Mitglied im PARITÄTISCHEN Gesamtverband

An der Verfassungslinde 2 • 04103 Leipzig

Tel.: 0341-946 888 4 • Fax: 0341-902 349 0

Email: kontakt@veid.de • Internet: www.veid.de



Erfahrungen trauernder Mütter, Väter und Geschwister

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

22

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

ERFAHRUNGEN TRAUERNDER MÜTTER, VÄTER UND GESCHWISTER

Geteiltes Leid ist halbes Leid!?

Stimmt dieses Sprichwort? Ist es tatsächlich so, dass geteiltes Leid halbes Leid ist? Kann Leid geteilt werden?

Viele trauernde Familien erleben es nicht so. Das Leid wird nicht weniger, wenn es mit jemandem geteilt werden kann. Andere empfinden es als hilfreich, ihr Leid mit anderen teilen zu können oder auch ihr Leid mitzuteilen.

In den nachfolgenden Texten erzählen Trauernde, wie sie dieses Sprichwort verstehen, wie es ihnen damit geht.

mcfb

Geteiltes Leid ist halbes Leid?

Nach meinen Erfahrungen als Mutter, die ihren Sohn aus dieser Welt gehen lassen musste, versuche ich Leid so zu beschreiben:

- Leid ist ein plötzlicher unerwarteter Zustand eines unendlich großen Schmerzes, der nicht aufhört wie ein Schnitt in den Finger, der nicht vorbei ist, wenn der Morgen kommt, der alles um einen herum verändert und aus dem man weiß, dass es kein Erwachen gibt.
- Leid ist schlimmer als alles andere, was weh tut.
- Leid hebt Welten, Pläne und Parameter aus den Angeln und stellt den ansonsten logischen Ablauf des Werdens und Seins und Bestehens und das mathematisch so sichere Koordinatensystem in Frage.
- Leid ist das, was ein Mensch in seiner/ihrer Lebensplanung nie erleben möchte und was er oder sie versucht, ein Leben lang zu umgehen.
- Leid widerspricht dem »Normal«-Leben und raubt der eigenen persönlichen Sehnsucht, dass das eigene Leben wertvoll und glücklich sein möge, den Boden.
- Leid macht den Leidenden zu einem sprachlosen, aktionslosen und wirkungslosen Geschöpf. Leidende strahlen nicht, sie sind nicht souverän, sie fallen vielmehr zusammen, wie ein leeres, gelöschtes Buch, sie verschwinden wie ein abgehängtes Bild.

Die Frage ist, kann man und wenn, wie kann oder könnte oder wollte man als Mensch diesem Leid entkommen? Kann es eine Möglichkeit geben, dass das Leid nicht mehr so stark wirkt, dass es vielleicht sogar geteilt werden kann? Wenn ja, dann wie:

- Vielleicht: Indem man Empfinden beiseite schiebt?
- Vielleicht: Indem man gefühlskalt wird?
- Vielleicht: Indem man nichts mehr an sich ranlässt?
- Vielleicht: Indem man wie ein Mönch, ein Einsiedler in der Felszelle lebt und jedes Lebensfrohe ablehnt?

Ist das, ist die Flucht, die Lösung, um Leiden zu entkommen?

Oder

- müssen wir versuchen, Leiden in unser Leben zu integrieren, genauso wie die Freude, die Liebe, das Glück und die Euphorie?
- Müssen wir Leiden ertragen und akzeptieren, dass diese Form von Welt, in der wir leben, Leid und Freude ebenso bringt, wie Höhepunkte und Tiefschläge, wie Geliebt und Verlassen werden, wie Euphorie und tiefste Trauer?
- Müssen wir akzeptieren, dass wir an keinem Tag wissen, ob dieser Tag ein Tag des Leidens oder der Freude wird?
- Müssen wir gar akzeptieren, dass wir in einer Welt leben, in der mehr Leid ist als Nicht-Leid?
- Müssen wir als nur begrenzt lebende Menschen verstehen, dass Leiden manche Menschen mehr trifft, als andere und dass Leiden eine Mutter, die ihr Kind gehen lassen musste, in einer seiner schlimmsten Formen begegnet?

Fragen, die einen denkenden Menschen täglich immer wieder neu beschäftigen und von denen nur Menschen befreit sind, die sich mit dem Geboren werden, dem Leben und dem Sterben nicht auseinandersetzen.

Kann dieses Leid durch Teilen kleiner oder gar ertragbar werden? Und wenn: Wer könnte helfen, Leid mit zu ertragen: Der Partner, der Arbeitskollege, der Freund, der Vorgesetzte? Glauben wir denn denen, wenn sie sagen: Mein Beileid, was so viel heißen soll, wie mein Mitleid, mein Leid, das mit Dir Leid teilen oder Dir Dein Leid abnehmen soll.

Können die, die das sagen, denn überhaupt verstehen, was es heißt, sich in unendlich großem Leid zu befinden?

Wirklich helfen kann, so meine ich, nur der, der in der Tat mitleidet, der also auch durch den Tod eines Kindes etwas verloren hat, oder der in inriger Verbindung zu einem betroffenen Menschen stand und der daher in der Seele fühlt, was Leid ist. Er oder sie wird das Leid selbst spüren oder ahnen – und zusammen kann man sich über Leid austauschen.

Geteiltes Leid – halbes Leid!?

In dieser halben Frage, einem halben alten Sprichwort, fand ich Anregung, mich mit unseren Erfahrungen einzubringen.

Wir trauern um unseren Sohn Rene, der am 19. 9. 2001 durch Herzstillstand im Schlaf gestorben ist. Er wurde nur 7 Jahre und 5 Tage alt.

Alles nur noch halb, so empfand ich nach dem Abklingen des ersten Schockes die Geschehnisse des Alltags, der weiter zu leben, zu bewältigen plötzlich eine unsägliche Mühe machte, was mir früher spielend von der Hand gegangen war, wurde mühselig, was von größerer Bedeutung gewesen, schien plötzlich kaum mehr wichtig – kurz, ich kannte mein Leben nicht mehr, mich in Vielem gar nicht mehr aus, Vieles schien keinen Sinn mehr zu haben oder zu ergeben.

Doch sonderbarerweise machte es mir aber auch plötzlich kaum noch etwas aus, was andere von mir zu erwarten schienen, nur noch halbherzig, manches mehr schlecht als recht auf die Reihe zu kriegen.

Ich wusste nicht wirklich, wie ich diesen unvorhersehbaren Verlust auch noch verkraften sollte, ohne daran innerlich ganz zu Grunde zu gehen. Sicher ist auch das in vielen Familien anders, jede betroffene Mutter, jeder betroffene Vater wird seine ureigensten Möglichkeiten von Überlebenshilfen zunächst zuerst mobilisieren und Hilfen suchen gehen wo und falls das »Zuviel-Werden des

Durch dieses Zusammensein mit Betroffenen wird das Leid zwar nicht geteilt, sondern es wird vielmehr mitgeteilt, miterlebt, mitempfunden – aber auch das hilft.

Ich danke allen, die bei mir waren, als mein Sohn tot im Bett lag: Dem Zimmernachbarn, der Freundin, dem Geschwisterkind, der Bekannten, die 800 km anreiste, der Cousine, die den nächsten Flieger zu mir nahm. Sie alle fragten nicht, kann ich das Leid mit dir teilen, sie handelten und waren einfach da, fühlten mit, machten das ganze Leid auch zu ihrem Leid und dadurch war es möglich, zeitweise das Leid als geteiltes Leid zu empfinden.

Dr. Gisela Forster, Religionsphilosophin
Dipl.-Ing. (UNI) für Architektur · Exam. Pflegedienstleitung
Akad. Bildhauerin und Studienrätin für Kunst
Mobil: +49 (0)172 8535405
dr.gisela.forster@forestfactory.de

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

23

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

ERFAHRUNGEN TRAUERN DER MÜTTER, VÄTER UND GESCHWISTER

normalen Lebens« in der Welt seine Spuren zu hinterlassen beginnt.

Möglichst viel darüber gelesen zu haben, schützte mich aber auch nicht davor, in Löcher zu fallen, die tiefer schienen, als das Weltall selber.

Warum ich wohl vorsichtshalber erst einmal schweigend mit dem Geschehen, mit mir innerhalb unserer großen Familie, einigermaßen klar zu kommen allein versuchte, lag wohl auch mit daran, dass ich / wir schon vor Jahren in mehreren Fehlgeburten hatten Abschied nehmen müssen von heiß ersehnten leiblichen Kindern.

Wir versuchten auch einige Jahre lang, uns als Kurzzeit-Pflegeeltern – für mehrere Kinder Unterkunft und liebevolle Betreuung anzubieten – zu betätigen, wie unser lieber, kleiner Rene auch ein Pflegekind gewesen ist.

Es war immer schmerzlich gewesen für mich, sie wieder ziehen lassen zu müssen, zurück in ihre eigene Familie, in ihre gewohnte Welt, in ihr zum Teil sehr hartes Leben.

Aber es war ein »Ans-Leben-zurück-Schenken« gewesen, sie hatten mir nichts ersetzen sollen oder brauchen, was wir nicht hatten, dazu waren und sind sie alle viel zu einzigartig und meine Liebe zu ihnen noch lebendig in mir, auch wenn sie nun inzwischen alle schon erwachsen sind, einige eigene Familien mit Kindern haben, ab und zu höre ich mal etwas von ihnen und freue mich

darüber, wie auch über meinen eigenen erwachsenen Sohn Michael und seine Familie.

Mit geteiltem Leid habe ich in den Anfangsjahren nicht allzu viele erbauliche Erfahrungen machen können, aber zu meinen ersten großen »Rettungsankern« gehörte, dass zehn Tage nach Renes Tod ein Trauerseminar der Verwaisten Eltern Hamburg stattfand, an dem ich kurzfristig noch teilnehmen durfte und die Gnade geschenkt bekam, noch mehrere dieser Seminare in den ersten fünf Jahren nach Renes Tod besuchen zu können. Das hat mir maßgeblich zu helfen vermocht, an so vielem anderen Unbill nicht gänzlich zu verbittern. Ich hatte mich Anfang der 90er Jahre schon mit Literatur zur Thematik beschäftigt – Elisabeth Glasers Buch »Kein Engel an meiner Seite« und einige andere mehr hatten mich dort schon zu trösten und irgendwie auch aufzurichten vermocht, wo es keine Worte gab – für mich, unsere Verluste, die gesundheitlich nicht spurlos an mir vorüber gegangen waren.

Wieso ich das hier einfach versuche, in einen linearen Zusammenhang zu stellen, soll einfach nur kurz veranschaulichen, Welch wertvolle Lebenshilfe mir die Autoren mit den Schilderungen ihrer schmerzlichen Lebensgeschichte da anboten, aus denen ich lernen, so manches daraus für mich auch nutzen konnte.

Gedankengänge andere Menschen – als Wanderstäbe durch Zeit – wie Überbrückungshilfen – wie mir in all diesen Jahren nun auch Symbole wie die Regenbögen, Schmetterlinge, Engel, Steine, Muscheln zu einigen neuen Sinn-Bedeutungen zu helfen vermochten.

Die kleinen Freudenboten, die ja in der ausgelassenen zweiten Hälfte des eingangs erwähnten Sprichwortes mit: und »geteilte Freude ist doppelte Freude« weiter hätte gehen können, sind es geworden, die tristes Alltagsgrau zu beleben vermögen, auch wie Kinderlachen für einen Augenblick auch den Tiefgang aufzuhellen vermag, doch eben nie für lange. Eben Vieles nur noch halb, manches in Vergessenheit geratend.

So mag es manchen Außenstehenden verwundern, dass ich froh drum wurde, dass es nun auch in unserem Wohnort eine Begräbnisstätte für die ganz kleinen verstorbenen Kinder gibt, dass es am ersten Dezembersonntag auch in Gera einen Gedenkgottesdienst für unsere Kinder und Geschwister gibt, wie wir uns in dieser Nacht nun schon seit 2001 mit einer Kerze auf dem Haustein all jenen anschließen dürfen, die sich an diesem Kerzenreigen um die Welt beteiligen, das Erinnern leuchten zu lassen, weltweit.

Ob und wie mein langjährig verschwiegenes Leid überhaupt nach so langer Zeit noch würde teilbar sein, ohne es hier als Übertreibung hinstellen wollen, war ich mir eben nie sicher, daran hat sich trotz der Veröffentlichung des kleinen hellblauen Büchleins zur Erinnerung an unseren Rene nicht viel geändert. Offenheit macht in gewisser Weise auch verletzlich, es ist eben einiges, wo man sich fragt, was habe ich denn noch zu verlieren, auf der anderen Seite gehört ein Stehen dazu, wie man vor acht oder fünf Jahren noch darüber dachte und inzwischen wieder in milderden Formen zu denken vermag.

Das Vermissen aber wird nicht enden, ... Man kann sich sehr wohl mitteilen, sich auch ein wenig mit getragen fühlen, doch den letzten Weg geht jeder für sich allein und das ist bei vielen Wegen, die ich beschrieben fand, fragmentarisch ebenso, vielleicht auch nach Jahren wieder etwas anders. Eben ein Prozess, nur dass wir dem zu folgen, wohl alle nicht freiwillig unterschrieben hätten.

Habe mir zwar auch Kriseninterventionen, mal Psychologe, mal Seelsorge in Anspruch zu nehmen erlaubt und bin auch dankbar geworden für diese zeitweiligen Hilfen. Ich prägte pragmatisch vor Jahren jenen fatalistischen Satz: »Solange es noch weh tut, weiß ich wenigstens, dass ich noch nicht tot bin.« – wenn ich gefragt wurde, wie es mir ginge. Nun, es stimmt, ich wurde anders, ungeselliger, nicht mehr nett, respektvoll kann man auch in der Kürze sein. Ich weiß, doch ich möchte mich auch irgendwann nicht mehr nur zu Heucheleien bemühen müssen (damit es anderen mit mir besser ging).

Aber ich kann auch immer noch dies und jenes tun, nicht mehr so viel wie einst, nicht mehr so schnell wie einst, nicht mehr so umfänglich wie einst, aber ich durfte darin dem Ziel näher wachsen, welches ich aus dem ersten Trauerseminar mit nach Hause nahm: Es dauert lange, aber der Schmerz wandelt sich im Laufe der Zeit. Das dies wahr wurde, ist nicht mein Verdienst, Kontakte zu anderen betroffenen Eltern und Geschwistern, einige langjährige Freunde, auch die Familie halfen mir immer wieder mal auf die Sprünge, nicht den Blick für das Wesentliche ganz zu verlieren. Meine Familie, dazu gehörte immer auch meine ganze weitverzweigte Sippe, die nach dem Verlust meines großen Bruder 1989 im Alter von nur 40 Jahren beinahe zerbrochen wäre, mein Vater folgte ihm ein Jahr später und wir anderen Kinder, Enkel- und Schwiegerkinder mühten uns, unserer Mutter und Oma diesen Schmerz tragen

zu helfen. So gut es uns eben möglich gewesen ist und das war damals, noch ohne Telefon, gar nicht immer einfach.

Sie überlebte ihren großen Sohn noch 8½ Jahre, manchmal in meinen letzten vier Jahren dachte ich: »So weit werde ich es vielleicht gar nicht schaffen.«

Vor drei Jahren wurde diese »meine« Familie noch von einem weiteren zu frühen Verlust betroffen, wir mussten meinen zweiten Bruder, der auch Vater, Gatte, Onkel und Schwager gewesen ist, begraben und verkraften, dass er nur 53 Jahre alt wurde.

Die Welt dreht sich immer weiter, auf jeden Morgen folgt auch ein Abend. Ich konnte wieder dankbar werden für so Vieles. unter anderem auch dafür, dass ich seit 15 Monaten an einer Trauergruppe in unserem Wohnort teilhaben darf. Die betroffenen Mütter, Väter, Schwestern und Brüder teilen mein Schicksal irgendwie, jeder auf eine ganz besonders mich anrührende Weise. Ich möchte allen, denen ich mich heute hier mitteilen durfte, Kraft, Gottes Gnade und Segen wünschen auf ihren Wegen mit unseren Kindern in unseren Herzen.

Barbara Grünauer

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

25

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

ERFAHRUNGEN TRAUERNDER MÜTTER, VÄTER UND GESCHWISTER

Geteiltes Leid ... ist leichter zu ertragen!

Die Frage, ob unser Leid, wenn man es mit anderen Betroffenen teilt, kleiner wird, kann ich für mich mit einem klaren Nein beantworten. Das Leid wird nicht kleiner oder weniger, ist aber leichter zu ertragen in einer Gemeinschaft von Menschen, die dasselbe erlebt und erlitten haben. Mein Sohn Felix verunglückte mit 18 Jahren einen Tag vor Weihnachten im Jahr 2004. Das war für mich das schlimmste Ereignis im Leben, das passieren konnte, und dessen Folgen ich mir in diesem Ausmaß nicht einmal hätte vorstellen können. Es traf mich mit einer solchen Wucht, dass ich aus meinem bisherigen Leben gerissen wurde. Ich war fassungslos, verzweifelt und tieftraurig und wusste nicht, wie es weitergehen und wie jemals diese Wucht abgefedert werden könnte. Nach den Weihnachtsferien ging ich wieder zur Schule, weil ich dachte, es sei besser als zu Hause in der Trauer und im Schmerz zu versinken. Aber mein Leben gestaltete sich auch dort hart und schwierig. Ich, die Starke, die alle Schwierigkeiten gemeistert und ihr Leben im Griff hatte, war plötzlich »Hauptdarstellerin« einer privaten Tragödie ungekannten Ausmaßes. Ich schlepppte mich durch die Tage, zwang mich zu Fassung und Erfüllung meiner Aufgaben und wurde doch immer wieder in den Abgrund gerissen, ohne Vorwarnung, schonungslos und sank tiefer und tiefer.

Ich hatte diese Gefühle der Schwere, der Traurigkeit und des Niedergedrücktseins bisher nicht gekannt. Mein Leben war immer in geregelten und geplanten Bahnen verlaufen, angefangen bei der glücklichen Kindheit und Jugend bis hin zum Erwachsenwerden meiner Söhne. Und jetzt dieser Schlag ins Gesicht, besser gesagt: dieser

Schlag mit dem Hammer auf den Kopf, dieser tiefe Stich ins Herz – du wirst bewusstlos und wachst auf und alles ist völlig anders als vorher und nicht rückgängig zu machen! Die ganze Familie abgestürzt, jeder mit seiner eigenen Trauer befasst, mit der Suche nach Gründen, nach Erklärungen, nach irgendeinem Sinn. Und ich im luftleeren Raum, keinen Boden mehr unter den Füßen, das Welt- und Gottesbild total erschüttert. In dieser Situation meldeten sich bei mir Menschen, die ihre Tochter zwei Monate zuvor durch einen Unfall verloren hatten. Ich lud sie zu uns ein und wir waren sofort miteinander verbunden und fühlten uns vertraut. Wir saßen zusammen und erzählten uns gegenseitig unsere Geschichte, weinten miteinander und hielten uns aneinander fest. Es tat gut und wir trafen uns von da an regelmäßig mit den beiden.

Ich schlepppte mich ca. drei Monate so dahin, bis ich keine Kraft mehr hatte und wusste, dass ich es allein nicht schaffen würde. Es gab für mich keinen Zweifel mehr, dass ich Hilfe brauchte und zwar dringend, die Frage war nur, bei einem Psychologen oder einer Selbsthilfegruppe. Einzelsitzungen, womöglich weise Ratschläge und Erwartungen hinsichtlich meiner Trauerbewältigung von einem Nichtbetroffenen – Antidepressiva? Nein, das wollte ich auf keinen Fall, also entschied ich mich dafür, zu den Verwaisten Eltern in Augsburg zu gehen. Unser erstes Treffen war um die Osterzeit, mein Mann und ich nahmen gemeinsam teil und wurden dort herzlich aufgenommen. Wir erzählten unsere Geschichte und wurden getröstet, gehalten und aufgefangen. Ich weiß noch, wie ich in die große Runde blickte und bei



© Labenfle Überrand

mir dachte, dass diese Frauen es auch überlebt haben, warum also nicht auch ich? Von da an gingen wir regelmäßig zu den Gruppentreffen und schlossen uns ein paar Monate später noch der SHG in Landsberg an, die für uns kilometermäßig fast genauso nahe war wie die andere. Ich empfand die Treffen einmal im Monat als zu wenig, ich brauchte das Gespräch einfach öfter. Heute bin ich froh, dass ich diese notwendigen Schritte gegangen bin. Damit habe ich begonnen, meine tief verletzte Seele zu heilen.

Die Gespräche in den Gruppen halfen mir, ich fühlte mich verstanden, getragen und getröstet. Ich bekam viele Anregungen und hörte Dinge, die mir völlig neu waren, z.B. die Berichte über Besuche bei Medien. Auch über Zeichen, die wir von unseren Kindern erhalten, sprachen wir und in mir verstärkte sich der feste Glaube, dass mein Sohn bzw. seine Seele, seine Energie und Liebe weiter existieren.

Der Mann unserer Gruppenleiterin in Landsberg erzählte uns bei einem Ausflug von seinem Nah-toderlebnis als 17-Jähriger und versicherte uns, dass es unserem Sohn in dieser neuen und fernen Welt gut gehe. Als ich ein paar Wochen später an einem absoluten Tiefpunkt angekommen war und nicht mehr wusste, wie ich den Abend überstehen soll, rief ich unsere Leiterin an und sie lud mich spontan zu sich ein. Mein Mann brachte mich hin und wir redeten den ganzen Abend, so dass ich am nächsten Tag wieder etwas ruhiger war. Mit

dieser Gruppe verbrachten wir auch einmal ein Wochenende im Gebirge. Wir konnten unheimlich viel über unsere Kinder sprechen, miteinander weinen oder lachen oder einfach nur die Sonne und die Gegend genießen. Mir war bewusst, dass so etwas nur in einer Gruppe Betroffener möglich war, andere hätten nie verstanden, dass wir von einer Sekunde zur anderen traurig werden konnten, obwohl wir vorher noch über irgendetwas gelacht haben.

Mittlerweile gibt es die Gruppe in Landsberg nicht mehr, unsere Gruppenleiterin hat eine Akademie gegründet und beschäftigt sich nun professionell mit dem Thema Trauer. In Augsburg gibt es dagegen nun eine zweite Gruppe, speziell für neu Betroffene, an deren Leitung ich mich beteilige. Zusätzlich gehe ich regelmäßig zu den Nachmittagen mit meiner »alten« Gruppe und treffe dort die Menschen, die mir so viel gegeben haben und immer wieder geben. Ich mache das bewusst für mich, für meine Trauer und für meinen toten Sohn. Hier kann ich meine Gefühle ausleben und von Felix erzählen. Unsere Kinder leben hier weiter.

Ohne unsere Gruppen wären mein Mann und ich nicht da, wo wir jetzt sind. Eine Gruppe bietet Schutz und Trost und es gibt nichts Hilfreicheres als in dieser schwersten Zeit den Zuspruch und das stille Verständnis der anderen Betroffenen zu erfahren und die tiefe Verbundenheit zu spüren.

Renate Maier, Mai 2010

Ist Leid teilbar?

Weil Du einmalig bist ...

Den Weg, den Du vor Dir hast, kennt keiner.
Nie ist ihn einer so gegangen,
wie Du ihn gehen wirst.

Es ist Dein Weg.
Unauswechselbar.

**Du kannst Dir Rat holen,
aber entscheiden musst Du.**

Auch Deine Schmerzen und Ängste
sind ganz Deine eigenen.
Niemand erlebt sie so wie Du.

**Doch durch sie wirst Du verstehen,
warum andere so leiden.**

In Deinen Schmerzen und Ängsten
sind Möglichkeiten und Angebote,
die Tiefe des Lebens zu begreifen.
Du lebst nicht allein.

Sprachlos leiden Viele um dich
und wünschen sich sehnlust die Stimme
eines Menschen,
der sich selbst entdeckt hat
und etwas versteht von den Zusammenhängen
zwischen Leiden und Wachsen.

Geh in Deine Schmerzen und Ängste.

Wenn Du sie verstehst,
bist du andern ein Stück näher.

Zur Frage der Teilbarkeit des Leids stieß ich auf den Text von Ulrich Schaffer, der sich mit der Einmaligkeit unseres (Da)seins beschäftigt.

Denn so, wie jedes Individuum einmalig ist, ist auch die Trauer und das Leid um den Verlust eines Menschen einmalig.

Keine Biografie ist wie die andere. Keine Beziehung gleicht der anderen. Jedes Leben, jede Beziehung ist einmalig.

Keiner geht den gleichen Lebensweg, den ein anderer geht ... jeder Weg ist individuell.

Meine eigene Erfahrung in zehn Trauerjahren ist die, dass mitgeteiltes Leid eine Unterstützung ist. Nicht das Leid selbst ist teilbar – aber sich mitzuteilen, sich nicht alleine, sich verstanden zu fühlen im eigenen Verlust und der Trauer, das ist eine Hilfe.

**... doch durch sie (die Schmerzen und Ängste)
wirst Du verstehen, warum andere so leiden.**

Das erlebte Leid öffnet das Herz und die Bereitschaft, sich dem Schmerz der anderen zuzuwenden, zuzuhören – eine ausgestreckt Hand zu reichen.

Vielleicht ist der Satz: »Geteiltes Leid ist halbes Leid« einfach genau so falsch wie der, dass »die Zeit alle Wunden heilt«.

Ich glaube, dass der »Volksmund« Zusammenhänge verkürzt, die Geschehnisse schwatzend begleitet, eine Antwort auf so komplexe Dinge wie hier die Trauer und den Verlust sucht, ohne sich die Mühe zu machen, tiefer in die Materie einzudringen.

Schnelle Antworten – das ist nichts, womit man der Trauer gerecht werden kann!

Durch erlebtes, durchlebtes Leid erhalten wir eine Art Kompetenz, die die meisten Menschen nicht besitzen, eine Tiefe in der Fähigkeit des Mitführens, die auch uns sonst wohl verborgen geblieben wäre.

Auffallend ist doch, wie sehr Menschen (und dann nehm ich mich natürlich nicht aus), die Leid durchleben und Trauer tragen müssen, den Wunsch haben, diese mitzuteilen, weiterzugeben, denen zu helfen, die noch am Anfang des langen Weges stehen

... »und wünschen sich sehnlust die Stimme eines Menschen,
der sich selbst entdeckt hat und etwas versteht von den Zusammenhängen
zwischen Leiden und Wachsen.«

Und weiter schreibt Schaffer:

**Was Du erlebt hast, hat Dich geprägt
und Dir Deine unauswechselbare Sicht gegeben.
Die Entscheidungen, die Du getroffen hast,
haben Dir Wege geöffnet
und dafür andere verschlossen.
Die offenen Türen sind nur für Dich.
Nur Deine Unentschiedenheit
wird sie schließen.**

**Deinen Beitrag zur Welt wird keiner leisten,
weil niemand die Welt so sieht wie Du.**

Trauer und Leid sind so individuell wie wir Menschen, die sie tragen und ich denke, dass dies gut ist – und wir nicht versuchen sollten, Leid gegen Leid zu stellen.

Ich bin in der Begleitung zahlreicher trauernder Väter und Mütter immer wieder auch auf konkurrierendes Verhalten gestoßen, was mich sehr erschreckt hat. Da wurde nicht »geteilt« – sondern aufgerechnet.

Ein sehr wichtiger Gedanke ist folgender:

**Einmalig zu sein
bringt auch Einsamsein mit sich.
Du spürst, dass niemand Dich versteht.
Du sinkst auf den Grund in Dir
wie ein Kiesel im kalten Bach.
Das ist der Preis.
Doch im Einsamsein wirst Du reicher.
In den Stunden allein mit Dir selbst
entdeckst Du, wer Du bist.
In den Schmerzen wirst Du fester.
Das ist der Kampf.
Oder willst Du lieber so tun,
als wärst Du der Freund aller.
Und dabei die Freundschaft mit Dir
selbst verlieren?
Sei Dir treu.**

Vielleicht drückt sich in dem Satz »Geteiltes Leid ist halbes Leid« einfach eine tiefe Sehnsucht aus, Leid – wie die Liebe – teilen zu können. Die Liebe verdoppelt sich – aber das Leid ist nicht halbierbar und das ist wohl auch nicht gewollt!

Richtig könnte der Satz vielleicht so heißen: »Mitgeteiltes Leid ist gelindertes Leid.«

Gabriele Gérard

[www.trauerumflorian.blogspot.com/](http://trauerumflorian.blogspot.com/)

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

27

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!?!«

ERFAHRUNGEN TRAUERNDER MÜTTER, VÄTER UND GESCHWISTER

Geteiltes Leid: Vom Teilen und vom Gewinnen

Jeder Verlust sollte das Herz warm werden lassen für die Tage, die wir noch mit anderen teilen dürfen.

Knud E. Buchmann

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

28

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

ERFAHRUNGEN TRAUERNDER MÜTTER, VÄTER UND GESCHWISTER

Auf jeder Wanderung kommen wir an Stellen, wo sich der Weg teilt. Einen »Scheideweg« haben Sie als trauernde Eltern und Angehörige schon hinter sich, den Scheideweg zwischen Leben und Tod, denn Sie haben von einem lieben Kind Abschied genommen. »Scheiden tut weh«, das sagt sich so einfach daher und ist doch so schwer.

Im Leben stehen wir immer wieder vor Abschieden und Entscheidungen. Eine Zeitlang haben Gefährten Ihren Weg und seine Gefahren geteilt, die Sie vielleicht vor überstürzten Entscheidungen bewahrten. So führte das Teilen der Trauer mit anderen schließlich zu einem Gewinn. Manche Wegbegleiter haben sich vielleicht mit dem Todes»fall« von Ihnen entfernt. Trauer polarisiert. Mancher unterscheidet jetzt zwischen Menschen, die ihn in seiner Trauer ertragen, und denen, die ihn meiden. Doch an Schnittstellen, wo messerscharf geteilt wird, bilden die meisten Pflanzen neue Triebe. So können vielleicht auch Sie durch die Trauer neue Wege einschlagen und neue Weggefährten finden.

»Geteiltes Leid ist halbes Leid«, sagt der Volksmund. Und weiter geht der Vers: »Geteilte Freude ist doppelte Freude.« Diese Bruchrechnung ist zu einfach. Freude vermehrt sich, das ist wohl wahr. Doch das Leid, das ein Mensch erfahren hat, kann ihm niemand zur Hälfte abnehmen. Genau besessen, möchte auch niemand einen Teil vom Leid der Trauer weggeben. Wenn es nur nicht so schmerzen würde! »Das Verschmerzte nur ist tot und abgetrennt«, sagt Friedrich Rückert, der mehrere seiner kleinen Kinder begraben musste. Die Trauer verbindet ja mit dem geliebten Kind. Das kann also nicht gemeint sein mit dem »geteilten

Leid«. Was aber dann? Vielleicht, dass am Wege jemand steht, der Sie stützt, wenn Sie die schwere Leidenslast schleppen. Auch Conny und Fred haben so eine Erfahrung machen dürfen, als ihr Sohn mit dem Auto verunglückte. Dafür sind sie unendlich dankbar: Ihre Nachbarin Irina, mit der sie vorher gar kein ausgesprochen enges Verhältnis pflegten, hat nicht gezögert, sie vom ersten Moment an liebevoll und tatkräftig zu unterstützen. Später hat sie sich sogar trotz Beruf und Schichtarbeit und eigener Familie belesen und qualifiziert, um noch besser helfen zu können. Vielleicht sehen Sie auch einen solchen Engel in Menschengestalt am Wegweiser stehen. Irina hat sich an ihrer »Weggabelung« entschieden, die Familie von Fred und Conny zu begleiten, obwohl sie selbst, glücklicherweise, kein solches Schicksal traf.

Wenn Trauernde an einer Weggabelung angekommen sind, führt der steinige und dunkle Pfad rechterhand möglicherweise wieder in die tiefe, scheinbar ausweglose Verzweiflung zurück. Der Pfad zur Linken aber zeigt, vielleicht ganz in der Ferne, schon etwas mehr Hoffnung. Manchmal liegt es auch an einem selbst, sich zu entscheiden. Wie ist das also nun mit dem Teilen, mit Leid und Freude, Verlust und Gewinn? Udo Lindenberg verlor einen Freund durch den Tod und dichtete dazu den Titelsong seiner CD »Stark Wie Zwei« (2008):

[...]
Der Fährmann setzt dich
Über'n Fluss rüber
Ich spür' deine Power
Geht voll auf mich über
[...]

Stark wie zwei ist er jetzt. Der Künstler kehrt den Verlust um in einen Zugewinn an Kraft. Alle Hochachtung vor Trauernden, die lernen können, so zu sehen.

Beate Bahnert

»Unser erster« Rundbrief

Am 13. April dieses Jahres erhielten mein Mann und ich »unseren ersten« Rundbrief. Diese Tatsache an sich ist nichts Besonderes, aber für uns war es etwas ganz Besonderes ... Am 13. April, am Tag genau vor zwei Jahren, verunglückte unser einziges Kind während einer Ruderregatta tödlich.

Voller Vorfreude auf den ersten Wettkampf in dem noch jungen Leben von Max (zwölf Jahre) und begleitet von den ersten warmen Frühlingsstrahlen der Sonne machten wir uns an diesem Sonntagvormittag auf. In dieses Leben sollten wir nie mehr zurückkehren.

Völlig hilflos mussten wir damals zusehen, wie das Boot mit fünf Kindern vom Kurs abkam und ein Wehr hinunterstürzte. Drei Kinder konnten sich selbstständig retten, ein Kind wurde knapp eine Stunde später mehr tot als lebendig gefunden; doch unser Sohn blieb verschwunden.

17 quälend lange Tage fuhren wir nur noch mit einem Ziel an diesen so grausamen Fluss – findet bitte unseren Max. Ich kann nicht behaupten, dass ich diese Zeit wirklich erlebt habe. Ich habe funktioniert und mein Handeln war strukturierter und klarer als jemals zuvor in meinem Leben. Meine Seele durfte dies noch nicht begreifen.

Aber ich kann heute noch die Mitmenschlichkeit der unzähligen Helfer spüren. Ich sehe heute noch die traurigen Blicke der Taucher, wenn sie wieder einmal mit leeren Händen einen Tauchgang beenden mussten. Ich höre heute noch die belegten Stimmen der Polizisten, wenn sie uns über das weitere Vorgehen informierten und auf beeindruckende Weise ihren Worten »Wir werden alles tun, damit Sie Ihren Sohn beerdigen können« Taten folgen ließen. Und ich kann heute noch die Wärme und das wohltuende »Nur-bei-uns-Sitzen« der Frauen vom Kriseninterventionsteam spüren.

Wir hätten diese so furchtbare Zeit ohne alle diese Menschen nicht durchgestanden.

Geteiltes Leid ist halbes Leid.

Nachdem auch wir unseren Sohn beerdigen konnten, stellte sich langsam, aber umso deutlicher heraus, dass wir das Geschehene und das, was man jetzt »Leben« nannte nicht allein bewältigen können. So machten wir uns auf, Hilfe zu suchen.

Vor Jahren bin ich im Fernsehen zufällig(!) bei der Talkshow »Beckmann« »hängengeblieben«. Dort sprach eine Frau über den Verein »Verwaiste Eltern« und berichtete über ihr Arbeit und ihr Erlebtes. Ich wollte eigentlich gar nichts darüber wissen. Allein die diffuse Vorstellung über solch ein Schicksal und allein schon der Inhalt, der sich hinter den Worten verwaiste Eltern verbarg, ließen all meine Ängste aufbrechen. Dennoch war ich von dieser Frau und der Art und Weise, wie sie ihr Schicksal aktiv in die Hand nahm, beeindruckt und verfolgte das Gespräch bis zum Schluss. Wie war ich glücklich, dass ich ein gesundes Kind hatte ... und so schnell wie nur möglich versuchte ich, diese Thematik zu vergessen. Bis zum Sommer 2008.

So konnte ich über das Internet Kontakt zu »Verwaiste Eltern« herstellen, die unendlich hilfreichen Informationen aufsaugen und erste Orientierung finden. Damit begann sich unser Weg mit dem von Katrin Hartig (Trauerbegleiterin aus Magdeburg) zu kreuzen. Schnell kam es zu einem ersten Treffen. Meine Motivation, zu diesem ersten Treffen zu fahren, bestand eigentlich nur darin, eine Frau zu sehen, die dieses Schicksal überlebt hatte und augenscheinlich damit zurecht kam. Wie sollte das nur gehen?

Geteiltes Leid ist halbes Leid.

Nachdem das juristisches Kapitel des Todes von Max offiziell abgeschlossen war und das für uns nur teilweise nachvollziehbare Urteil amtlich war, fielen wir von dem Abgrund, an dem wir uns schon die gesamte Zeit gefährlich nah befunden hatten, in ein bodentiefes Loch. Zwei Jahre Trauerarbeit und der Prozess, eingebettet in die Tage des Geburtstages und seines Todestages, ließen kaum Raum für Leben und Zukunft. Wieder hatte ich das Gefühl, unbedingt etwas tun zu müssen. So setzten wir das lang geplante Vorhaben um, Mitglied bei den Verwaisten Eltern zu werden.

So öffneten wir am Todestag von Max, nachdem wir am Morgen bei ihm auf dem Friedhof waren, den Briefkasten und fanden »unseren ersten« Rundbrief. Auch das war ein kleines Zeichen. Es hätte einen Tag früher oder später kommen können. Aber nein, es war an diesem Tag.

Geteiltes Leid ist halbes Leid.

Heute weiß ich nun, dass diese Frau, die mich damals im Fernsehen so beeindruckt hat, Frau Petra Hohn war. Und so sind gelegentliche Gedan-

kenspiele über »Schicksal«, »Bestimmung« und »Zufall« unvermeidlich.

Am innigsten jedoch teile ich mein Leid mit meinem Mann. So haben die Erinnerung an Max, die Trauer um ihn und der tägliche Kampf um ein anderes neues Leben ein feines, aber sehr stabiles Netz um uns gewoben. Mit Dankbarkeit und Demut nehme ich dieses Geschenk an, auch mit dem Wissen, dass dies keinesfalls eine Selbstverständlichkeit ist.

So viel mitfühlenden und hilfreichen Menschen wir bisher schon auf unserem Weg begegnet sind, ebenso vielen unsensiblen und taktlosen Menschen mussten wir uns schon stellen. Oft waren es genau diese Begegnungen, die uns einsam, verloren und unverstanden zurück ließen. Auch liegt es dann wieder an uns, daraus zu lernen und solchen Menschen nicht unnötig viel Raum zu geben. Zu wissen, dass es leider so viele Menschen gibt, die diesen schweren Weg gehen, von ihnen zu lesen und zu hören, nimmt ein Stück Einsamkeit und Verzweiflung.

Geteiltes Leid ist halbes Leid.

Die Eltern von Max

Bücher, zerknautscht, aber kostbar

Eigentlich hat sie ja fast jeder von uns, so eine kleine oder größere Schatzkiste, in der all die Dinge stecken, die kostbar sind, weil sie an unsere verstorbenen Kinder erinnern. Manchmal ist auch ein Buch dabei. So eine Art »Bestseller«, zerknautscht meist, zerlesen, in die Jahre gekommen, weil diese Geschichten immer und immer wieder vor dem Schlafengehen vorgelesen wurden. Jeder hat da so seine Geschichten ...

Beim letzten Treffen haben wir sie wieder herausgeholt – diese besonderen Erinnerungsstücke. Wir, das sind die »Ehemaligen«. So nennen wir uns. Das hat sich so ergeben. Eine Gruppe von etwa zehn Eltern, die vor zehn, acht, fünf Jahren ihre Kinder verloren haben. Kennengelernt haben wir uns vor vielen Jahren in der Selbsthilfegruppe für Verwaiste Eltern. Damals trafen wir uns regelmäßig. Doch mit der Zeit lernte jeder, mit der Trauer zu leben und die regelmäßigen Treffen passten nicht mehr zu uns. Mancher ist weggezogen. Der Kontakt aber blieb und der Wunsch, sich nicht aus den Augen zu verlieren. Wir verabredeten uns zu einem jährlich stattfindenden Treffen.

Seit fünf Jahren gibt es sie jetzt diese Tagestreffen, bei denen wir uns durch kreative Übungen zunächst einmal intensiv mit unserer Trauer auseinandersetzen, austauschen. Und anschließend wird geredet, erzählt, gelacht, umarmt und gegessen, was jeder mitbringt.

Dieses Mal ging es auch um die Geschichten hinter den Büchern. Iris zum Beispiel suchte lange nach diesem einen Buch. Sie wusste, sie hatte es gut versteckt und seit dem Tod ihrer Tochter nicht wieder herausgeholt. Ihre Tochter starb an einem Tumor. Eine der letzten Geschichten, die sie selbst noch lesen konnte und unbedingt wollte, war eine lustige Geschichte über einen Hund, der das Weihnachtsfest aus der Hundeperspektive kommentiert. Sie zeigt uns dieses Buch, das so kostbar ist und liest uns einen Ausschnitt daraus vor. Und gleichzeitig ist uns zum Lachen und Weinen, wie so oft.

Ich habe ein Rüsselbuch mitgebracht. Diese kleinen, festen Bücher, in denen ein Elefant, Rüssel eben, Geschichten erlebt – auf dem Spielplatz, beim Arzt, im Garten. Unser Sohn Daniel liebte diese

Bücher. Wir mussten sie mehrmals kleben. Damals in der DDR hatte ich sie, noch ohne Kind, als Studentin »Schlange stehend« erworben. Ich dachte damals, wenn ich mal ein Kind bekomme, dann soll es diesen Rüssel unbedingt kennenlernen.



Foto: Katrin Hartig

Trauernde Eltern und Geschwister Sachsen-Anhalt

Unser Sohn verunglückte vor acht Jahren bei einem Kanuwettkampf. Die Erinnerungen an das stundenlange, ausgiebige Betrachten dieser kleinen Bücher, die unser Sohn scheinbar immer wieder neu entdeckte und die ihn immer wieder so freudigen Ausrufen bewegten, die sind geblieben und werden mit dem Betrachten der Bilder wieder lebendig.

Marion brachte ein selbstgebasteltes Buch mit. Für ihre Tochter hatten sie damals aus Kinderzeitungen wie dem »Bummi« immer wieder Gedichte und Lieder ausgeschnitten und in diesem Büchlein eingeklebt. Es ist sozusagen ein Unikat. Beim Durchblättern und Erzählen stellen Marion und ihr Mann fest, dass sie noch immer an der ein oder anderen Stelle »textsicher« sind. Kein Wunder, begleiteten sie diese Kindersprüche doch über Jahre bis zum Tod ihrer Tochter durch einen Tumor.

Durch das Erzählen wurden Erinnerungen sehr lebendig. Wieder einmal lernten wir übereinander ganz neue Geschichten von unseren Kindern kennen. Und es tut gut, dass dies gelingt auch noch nach vielen Jahren.

Katrin Hartig, auch eine »Ehemalige«

14
OKTOBER 2010

31

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

ERFAHRUNGEN TRAUERNDER MÜTTER, VÄTER UND GESCHWISTER

Das Leben ist schön

Warum leben? Partnerverlust, Arbeitsverlust, Geldverlust, Existenzangst, Verlust an der Freude am Leben und das Schlimmste – der Tod hat meinen Sohn geholt. Wozu noch leben? Damit ich das alles aushalten muss? Die Sonne, ihre Wärme, die Blumen, die Schmetterlinge, die kreisen, die weißen Wolken die am Himmel schweben, die Musik die aus dem Radio klingt – alles ist so belastend. He, Welt, wie kannst du die Uhr weiterlaufen lassen, als wäre nichts passiert – mein Kind ist gestorben! Nichts mehr ist spürbar – nur der Schmerz, der immense Schmerz, der sich an mir festkrallt, wie eine Zecke an ihren Wirt. Und die Sehnsucht nach seinem Lachen, seinen Gesten, seiner Stimme, seiner Anwesenheit. Wobei die immer wieder gestellte Frage rumort: bist du noch? Und wenn – wo bist du? Geht es dir gut? Gib doch ein Zeichen. Nur ein ganz kitzekleines, damit ich beruhigt sein kann. Die Vorstellung, dass du für immer ausgelöscht bist, kann ich nicht ertragen, ist doch ein Teil von mir mit dir gegangen. Ein Teil meines Herzens und ein Teil meiner Seele. Vielleicht deshalb die verloren

gegangene Freude am Leben? Wozu alles richten, ordnen, planen, anstreben, wenn doch alles vergänglich ist? Wozu hoffen, glauben, wollen und tun, wenn Unvorhergesehenes alles zunichte macht? Wozu die Sisyphusphase Leben überhaupt durchmachen? Um Leid zu ertragen? Um die erstandenen Wunden zu pflegen und wenn sie vernarbt sind, neue zu erlangen? Ums Überleben zu kämpfen? Physisch und psychisch? Wo am Ende nur Vergangenheit und Tod stehen? Warum gerade ich? Was habe ich verbrochen? Gott – warum strafst du mich so? Ich bin mir keiner Schuld bewusst, trotzdem hast du mir das Liebste, die Wurzel meines Lebens genommen. Ohne sie bekomme ich kaum Luft, kein Wasser und keine Nahrung. Ohne sie bin ich schon so gut wie tot. Warum hast du mich nicht gleich sterben lassen? Warum musste mein Sohn vor mir gehen? Das ist grausam. Du bist grausam. Das ganze Sein ist grausam. Dazu die Angst, so etwas könnte mit meiner Tochter, meinem Enkel oder meinem Mann noch einmal passieren. Könnte ich diesen Schmerz doppelt aushalten? Ich weiß es

nicht – will es nicht wissen. Habe Angst davor, es zu wissen. Das Fleisch will gepeinigt werden, sagst du durch die Bibel, ist es deshalb? Das ergibt doch keinen Sinn, wenn du ein liebevoller Gott bist. Bist du ein liebevoller Gott? Wenn ja, warum lässt du Leid dann geschehen? Ich hasse dich!

Vier Jahre später.

He, ich lebe. Mein neuer Partner, die neue Arbeitsstelle, mein Sonnenschein Enkel – schön. Er bringt mich zum Lachen. Er ist das, was ich brauche. Er vermittelt mir Leichtigkeit, Fröhlichkeit, Unbeschwertheit und eine große Portion Urvertrauen. Und mein Sohn? Er fehlt mir nach wie vor. Ich sehne mich nach seiner Stimme, seinen Gesten und seiner Anwesenheit mehr

denn je. Doch ist der Schmerz inzwischen sanfter zu mir. Nicht mehr so durchbohrend, nicht mehr so vernichtend. Warum noch leben? Ganz einfach – um zu leben. Um alle Sinne der menschlichen Gefühle zu spüren. Die Wärme der Sonne, das Zirpen der Insekten und die Stille des abendlichen Mondes. Die Erde ist ein wunderschöner Planet und es ist ein Geschenk und auch ein Erlebnis, auf ihm wohnen zu dürfen. Die bunten Blumen, die weißen Wolken, die am Himmel schweben, die Musik, die aus dem Radio klingt – alles Dinge, die Energien bringen, wenn man es zulässt. Das Leben ist schön – trotzdem. Und endlich kann ich es wieder genießen – wenn auch nur stundenweise – vorerst.

Copyright by Monika Starzengruber

Thomas

Nach dem Suizid meines Sohnes Thomas habe ich die Erfahrung gemacht, dass es kein »Geteiltes Leid ist halbes Leid« gibt. Man kann das Leid nach dem Tod eines Kindes mit NIEMANDEM teilen. Bis dahin war ich oft erstaunt, wenn ich erfahren habe, dass der Tod eines Kindes auch das Ende einer partnerschaftlichen Beziehung mit sich gebracht hat. Doch auch ich musste feststellen, wenn eine Ehe noch so gut ist, in so einer Ausnahmesituation steht jeder für sich alleine da, ebenso die anderen Kinder bzw. Geschwister. Man wird plötzlich stumm und kann miteinander nicht mehr reden. Jeder muss das Leid auf seine Weise »ausleiden«.



Thomas

Es kommen oft Aggressionen an den Tag, die man nicht für möglich gehalten hätte. Es nervt einen, wenn der Partner schweigt und es stört einen, wenn er es gut meint und reden will, zu einer Zeit, wo man selber nicht dazu bereit ist. Man erträgt das Lachen der anderen Kinder nicht mehr und versteht nicht, wie sie ohne ihren Bruder noch fröhlich sein können.

Wir haben es aber Gott sei Dank geschafft, dass wir nach diesem Ganz-unten-Sein wieder alle zueinander gefunden haben. Unser Leben hat eine tiefere Bedeutung bekommen und die Welt, in der unser Thomas nun ist, hat ihren seinen Schrecken verloren. Wir haben die Zuversicht, dass es ein Wiedersehen geben wird.

Vor allem haben wir gelernt, dass man Leid mit niemandem teilen kann, sondern jeder auf seine Weise lernen muss, aus diesem einen Ausweg für das eigene Weiterleben zu finden.

Mit recht, recht lieben Grüßen aus Österreich und in tiefer Verbundenheit mit allen Eltern,

Helga Stelzhammer

Einer von vielen Texten, die wir nach seinem Tod gefunden hatten:

Ich will nicht mehr. Ich will frei sein wie ein Vogel, kein Fremder mehr in der Welt der Untoten. Ich will die Geschöpfe des Himmels spüren. Mein Herz will geliebt und geehrt werden. Alles stinkt nach Verwesung zum Himmel. Ich wollte kein Fremder mehr sein in dieser Welt. Mein Herz war zu weich, um weiter existieren zu können. Es gab keinen Ausweg mehr aus dem Labyrinth der Ohn-

macht der Menschen. Sie sind alle nur von Neid, Hass, Wut, Geldgier und Zorn zerfressen. Es stinkt nach Machtgehave und Betrug an anderen Seelen. Ich will mich davon befreien. Eins sein mit Gott. Ich sehe jetzt meinen Weg. Er ist hell erleuchtet. Wenn ihr es auch nur sehen könntet. Der Tod ist meine große Liebe, mein einziges Licht. In Sehnsucht habe ich Staunen gelernt. Ich wollte kein Verdammter im Namen Jesu Christi mehr sein. Als Strafe Gottes habe ich das Leben gespürt. Kein Ende meiner seelischen Verwirrungen war in Sicht. Kein Halt, keine Verbrüderung in Menschlichkeit. Ich mochte die Lehren Christi, nicht, sie waren schuld an der Verdammnis, Sühne und Schuld. (Thomas)

Rede von Frau Prof. G. (Thomas Klassenvorstand im Gymnasium): Vor fast genau einem Jahr habe ich Thomas sein Maturazeugnis mit lauter Sehr

gut übergeben, jetzt stehe ich hier, um Worte für das Unfassbare zu finden:

Wer warst du, Thomas?

Wir hatten dich selten wirklich erreicht, nie richtig erkannt, manchmal warst du ein Fremder, zwar unter Freunden, aber meistens ein Einsamer. Voller Lebensgier und zugleich Angst davor, immer kritischer, viel reifer als deine Umgebung, genug war nie genug für dich. Immer kämpfend gegen Ungerechtigkeit, Scheinheiligkeit und Mittelmäßigkeit, immer zweifelnd an dir und dem Leben. Immer auf der Flucht vor dem großen schwarzen Loch in dir, mutig, so verletzlich, oft unendlich traurig, manchmal voller Wut bist du gerannt, dann wieder so viel Liebe, Hilfe, Mitgefühl und Verständnis für uns, konntest so selten Zufriedenheit und Glück auskosten.

Jetzt hast du deine Fesseln gelöst. Jetzt bist du angekommen. Wir wünschen es dir.

14

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

33

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

Gedanken zum Sommer 2010

Es gab eine Zeit, da hatte ich alles. Ich hatte meine beiden Söhne, meinen Mann, eine guten Beruf, ich war gesund und glücklich. Nur war mir das nicht so bewusst wie jetzt, wo mir ein Stück meines Lebens fehlt: mein Sohn Felix!

Fotos von Urlauben in Frankreich, die mein Mann und ich mit ihm verbrachten, er strotzend vor Kraft und Energie und wir stolz und ihn bewundernd, zeugen von dieser Zeit, die mir jetzt wie ein Traum erscheint. Ein Hauch der Zeit, der mich gestreift und in seinen Bann gezogen hatte, und nun verweht. Die Bilder dieser Zeit machen mir deutlich, dass nichts mehr wiederkehren kann, alles ist definitiv VERGANGEN, GEWESEN. Nie mehr kann so ein Urlaub wiederholt werden.

Letztes Jahr fuhr ich im Sommer zu einer Etappe der Tour de France an den Mont Ventoux, den Felix so oft mit dem Rad bezwungen hatte. Ich war an den Orten und Stellen, an denen er so gerne war und sportliche Höchstleistungen vollbrachte. Das kleine Restaurant in Bedoin am Fuße des Mont, in dessen Garten wir unter Platanen zu Abend gegessen hatten, bevor Felix am nächsten Morgen seine Bergtour startete, ist immer noch da, unverändert, übervölkert von Menschen, die alle wegen der Tour dieses verschlafene Dorf überschwemmen. Wehmütig blicke ich hinüber zu »unserem« Tisch, an dem nun eine junge Familie zu Abend isst. Der Parkplatz, an dem wir sein Rad aus dem Auto packten und start-

klar machten, liegt unverändert in der gleißenden Sonne. Ich fahre den Berg mit dem Auto hinauf, die unzähligen Kehren, die Felix schwitzend und alles aus sich herausholend abradelte. Ich sehe ihn auf seinem Rennrad neben dem Auto herfahren, einen Schluck aus der Wasserflasche nehmen und immer weiter treten, in gleichmäßigen Rhythmus und Tempo. Die letzten Meter bis zur Ziellinie am Gipfel gibt er noch mal alles. Erschöpft, aber glücklich, stellt er sich für ein Foto neben sein Rad und atmet tief durch.

Und jetzt derselbe Ort, aber ohne ihn. Ich mache ein paar Fotos vom »leeren« Mont Ventoux, dem Berg des Windes. Unvorstellbar – diese Wahrheit, diese Realität! Ich kann hier sein und er nicht mehr, obwohl er diesen Ort so liebte. Am Grabmal von Tom Simpson (einem ehemaligen Radrennfahrer, der bei der Tour starb) stelle ich für Felix ein Licht auf und lege einen Stein mit seinem Namen ab. Von den weißen Mont-Ventoux-Steinen packe ich einen ein für Felix. Ich werde ihn zu seinem Platz bei uns im Haus legen, zu den Bildern und Lichtern, Engeln und Schmetterlingen. Es macht mir klar, wie unwiederbringlich und einmalig jeder Augenblick ist.

Und nun wird es wieder Sommer. Ich freue mich über die Farben, das Licht und die Wärme. Meine Katzen gehen schnuppernd und in Zeitlupe durch den Garten, strecken den Kopf in die Sonne und genießen den Augenblick. Auch für mich gibt es

ERFAHRUNGEN TRAUERNDER MÜTTER, VÄTER UND GESCHWISTER



Am Grabmal von Tom Simpson.

Foto: privat

wieder einen Sommer. Die Zeit des tiefen, lämmenden Schmerzes ist vorbei. Der Schmerz ist ein Dauerbegleiter geworden und sitzt wie ein Stachel in meinem Herz. Immer wieder und unberechenbar sticht er zu. Aber er lässt mich auch wieder leben, genehmigt mir Phasen des Wohlbefindens, die mich einlullen in einem Gefühl der Zufriedenheit. Ich habe mein Schicksal angenommen, versuche zu leben und zu atmen und dennoch meinen Sohn immer bei mir zu tragen. Wie sehr er mir fehlt, lässt sich nicht in Worte fassen. Mein Leben ist ruhiger geworden. Felix' Energie und Begeisterungsfähigkeit, mit der er mich so oft mitgerissen hatte, fehlen jetzt. Seit seinem Tod habe ich mir kein Fußballspiel seiner Mann-



Felix im Ziel am Mont Ventoux.

Foto: privat

schaft mehr live angesehen, vorher fast jedes. Nie mehr werde ich ihn spielen sehen und das Gefühl der stolzen Bewunderung empfinden können. Nie mehr werde ich miterleben, wie er sich freut und lauthals lacht, oder sich über etwas ärgert und zu Hause Dampf ablässt.

Fast freue ich mich über meinen Dauerbegleiter Schmerz, denn er ist die Verbindung zu meinem toten Sohn. Er gibt mir zu verstehen, dass ich ihn immer lieben und herbeisehnen werde, egal, wie lange er schon tot ist und sein wird. Und er wird alles andere überdecken, nichts wird mich jemals mehr so verletzen können wie der Tod meines Sohnes es bereits getan hat. So ist mein Leben oft auch nur »dumpf« – ich habe das Gefühl, dass an mir alles abprallt und ich nichts mehr empfinden kann. Vielleicht sind das alles die Symptome einer kranken Seele, eines verwundeten, durchbohrten Herzens?!

Wie soll es weitergehen? Ich denke nicht mehr an die Zukunft, lebe von Tag zu Tag. Es wird weitergehen so wie es bisher auch weiterging, ob ich wollte oder nicht. Phasen der Traurigkeit und Depression werden sich mit guten Phasen abwechseln, Zeiten der nicht auszuhalten Sehnsucht und Unruhe mit Zeiten der Zufriedenheit, der Ruhe und Besinnung. Ich kämpfe nicht mehr gegen die »Tiefs«, es ist sinnlos, denn sie lassen sich nicht abschütteln. An solchen Tagen gehe ich gedrückt durchs Leben, mir meiner Last bewusst und meines Verlusts eingedenkt. An diesen Tagen erledige ich nur das Nötigste und lebe meine Trauer, so gut es geht, aus. Meinen Beruf habe ich immer noch und er lenkt mich oft genug ab und gibt mir das Gefühl, gebraucht zu werden.

Auch meine Familie, meinen Mann und meinen Sohn Florian habe ich noch. Ich wurde aufgefangen, getragen und verstanden, kann über alles reden und zu meinen Gefühlen stehen. Für meinen Sohn Florian bin ich zutiefst dankbar und bewundere seinen Optimismus. Er schaut nach vorne und fühlt sich von seinem Bruder begleitet und unterstützt. In uns wird Felix weiterleben.

So gibt es diese Zeit, in der ich immer noch viel habe, und gleichzeitig mit diesem großen Verlust lebe. Jetzt ist es mir bewusst, wie unbeschwert glücklich ich gewesen bin und wohl nie mehr sein werde. Das Leben ohne Felix – eine neue Zeitrechnung und ein anderes Leben haben begonnen.

Renate Maier, April 2010

Gedanken im Jahr Zehn

Vollkommenheit ist offensichtlich nicht dann erreicht, wenn man nichts mehr hinzuzufügen hat, sondern wenn man nichts mehr wegnehmen kann.

Antoine de Saint-Exupéry

Ich lese ein wenig in der Zahlensymbolik: Wenn das Jahr Neun »nahe an der Vollkommenheit« – aber noch nicht die Vollkommenheit selbst war, so bin ich nun in dieser Vollkommenheit angekommen: »Seit Alters her wurde die Zahl Zehn geehrt, denn dieses ist die Zahl der Finger, dran wir zählen, sagt Ovid. Zehn symbolisiert die Einheit in der Vielfalt, die Vollkommenheit, das abgerundete Ganze«.

Und wenn ich dort lese, dass die Zahl Elf die »stumme Zahl« ist, dann greift dies meine Gedanken auf, dass dies Jahr Zehn die ersten und sicherlich wichtigsten Jahre der Trauer abrundet und nicht mehr viel hinzugefügt werden kann, was in diesen Jahren nicht bereits gedacht wurde. Aber versprechen kann und will ich dies nicht!

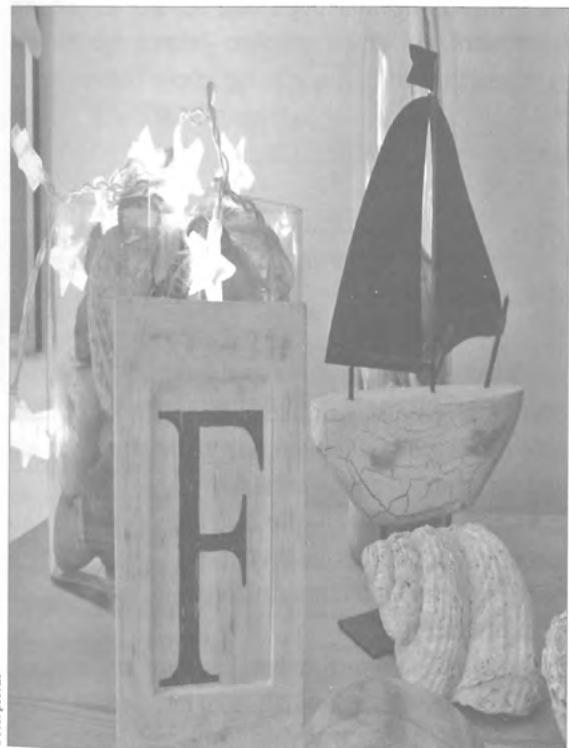


Foto: privat

**Die Welt treibt fort ihr Wesen,
Die Leute kommen und gehen,
Als wärst du nie gewesen,
Als wäre nichts geschehn.**

*Joseph von Eichendorf
für seine Tochter Anna, die mit nur zwei Jahren am 24. März 1832 starb.*

Ich zitiere zunächst aus meinem Weihnachtsbrief an Florian:

... »Die Welt der Lebenden ist eine Welt, in der nur ungenügend Acht gegeben wird. Es ist klar, dass die Toten hier nichts mehr zu melden haben. Niemand sieht mehr, was sie gesehen haben. Es gibt zu wenige Stellvertreter, jeder ist zu sehr davon in Anspruch genommen, selbst zu leben, als dass er für einen anderen, für zwei sehen könnte.«

aus »Schattenkind« Thomése

15. Dezember 2009

»Geliebter Florian,

je mehr Zeit vergeht, je weniger ich mich gegen sie stemme, desto mehr habe ich die Rolle Deiner ›Stellvertreterin‹ eingenommen: Ich sehe und lebe für zwei – ich lebe Dein Leben in mir weiter – lasse Dich mit meinen Augen sehen und versuche, die Welt mit Deinen zu betrachten. Ja, vielleicht ist alles deshalb oft so schwer – gerade dann, wenn es so schön zu sein scheint. Aber, wie sonst soll ich Dich denn weiterleben lassen?

Vieles hat sich verändert – aber was bleibt, ist der häufige Blick zurück und mein Herz verfängt sich in Bildern: Diese Früchte pflücke ich gern vom Baum der Erinnerung in mein Herz, das liebend durch das Fenster in die Vergangenheit schaut. Ich habe es in den letzten Wochen ganz konkret werden lassen, Florian, indem ich ›Bücher der Erinnerung‹ angelegt habe – Bücher aus unserem vergangenen, gemeinsamen Leben: Bücher mit Deinen Fotos, Briefen, Zeugnissen, Reliquien Deines Lebens – bevor sie verloren gehen.

Es war Herzensarbeit – manchmal so schön, dass ich vor Glück und Nähe zu Dir mich von dieser Arbeit über viele Stunden nicht mehr lösen konnte – diese Nähe nicht loslassen wollte – und manchmal, je näher ich unserem Abschied kam – so schwer, dass ich in Tränen badete.

Es sind die Bilder von Irland – ein Wundertraum, den Du gelebt hast und mit in Deine neue Welt genommen hast und der dieses Land auch für uns in ein ganz neues Licht gehüllt hat. Vielleicht ist meine Sehnsucht nach Irland auch Deine unsterbliche Erinnerung. Ich werde noch ein wenig Zeit vergehen lassen, bis ich mich diesem – sicherlich wichtigsten Teil Deines Lebens widme.

Manchmal habe ich solche Angst, die inneren Bilder könnten nicht nur verblassen, sondern ganz verloren gehen, Deine Stimme könnte noch weiter weg rücken und Dein Lachen in mir erlöschen.

14
RUNDBLICK
OKTOBER 2010

35

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!?

ERFAHRUNGEN TRAUERNDER MÜTTER, VÄTER UND GESCHWISTER

Noch schließe ich die Augen und sehe Dich und höre Dich, vor allem Dein ansteckendes Lachen. Vielleicht ist es ja gar nicht möglich, dass wir Eure Stimmen vergessen. Vielleicht gibt es in uns einen Ort, wo sie eingeschlossen sind – den wir auch nach noch viel mehr Jahren öffnen und besuchen können. Ich wünsche es mir so sehr! ...«



Foto: privat

Ein wunderschönes »Zufallsfoto« von Florian.

Marie von Eber-Eschenbach schrieb: »Beim Tode eines Menschen schöpfen wir eine Art Trost aus dem Glauben, dass der Schmerz über unseren Verlust sich nie vermindern wird.«

»Unser Leben ist ein Roman – nur in Bruchteilen von uns entworfen, erdacht, die meisten Kapitel schreiben wir immer wieder um, Zufälle, Zwangsläufigkeiten machen es notwendig.«

Bestimmte Bilder werden wir niemals los, andere werden sich einstellen. Die Seitenzahl bleibt ungewiss, entzieht sich unserem Willen. Am Ende steht aber vielleicht ein gelungenes Werk, das von zerstörtem und wieder gefundenem Glück erzählt, von der Weisheit, die das Unerwartete und auch der Schmerz bereithalten können: Das Leichte ist ohne das Schwere nicht möglich« ... (Lea Berger)

Sein Leben mussten wir loslassen,
in unserem Leben halten wir ihn fest.

Wir müssen nicht lernen, »loszulassen« – wir müssen lernen sein zu lassen – auch uns selbst eines Tages – und mit den Jahren zieht unser Wesen mehr und mehr auf die »andere Seite«, was uns aber nicht dem Leben abgewandt machen darf. Nie würden das unsere Toten wollen ...

Man weiß nie,
welche Kraft die Quellen des Lebens haben.
Doch leben heißt,
die Mauern zu überwinden wagen,
die man vor sich selbst errichtet.
Heißt wagen, die Grenzen zu überschreiten,
die man sich setzt.
Leben heißt immer darüber hinausgehen.

Ich denke im Rückblick, dass in den Jahren eine Balance entstanden ist zwischen dem rückwärtigen und dem gegenwärtigen Leben. »Leben heißt immer darüber hinausgehen« ... Ich habe die gestellten Aufgaben nicht alle erfüllen können und auch nicht wollen. Auch diese Erfahrung war wichtig und auch meine Gesundheit hat mir manchmal Grenzen gesetzt. Wenn ich in den Spiegel sehe, erschrecke ich oft. Ich bin alt geworden, älter als meine Freundinnen, die das gleiche Alter – aber ein anderes Schicksal – haben. Ich sehe mein durchfurchtes Gesicht, den Spiegel meiner Seele. Falten sind wie Narben und Narben erzählen etwas. Sie erinnern an Menschen, an Orte, an Unglücke. Sie sind der Beweis dafür, dass man eine Geschichte hat, der Beweis dafür, dass Verletzungen heilen können. Narben sind überstandener Schmerz, Zeugnis von ertragenem Leid.



Wenn die Trauer, wenn die Bilder unserer geliebten Menschen, die der Tod uns nahm, uns zunächst völlig besetzen, jeden Gedanken, wir jede Sekunde des Lebens mit diesen Bildern verbringen, sie uns begleiten, ob wir es wollen oder nicht, so nimmt mit den Jahren das Leben von uns Besitz und verdrängt diese nahen Erinnerungen. Es ist, als lege sich eine zweite Haut über die tiefe Wunde und schützt uns nicht nur vor dem Schmerz, der oft unerträglich ist, sondern dieser Schutzfilm Leben drängt die Bilder und die Erinnerungen zurück. Das Leben ist stärker als der Tod!

In der Nacht zum heiligen Abend entstand folgender Text:

Ich habe einen Gedanken, den ich festhalten möchte – einen Gedanken, der vielleicht mehr als anderes den »Verlust« erklärt.

Ich hatte einen Streit, die Tage vor Weihnachten waren voller Unstimmigkeiten und ich zog mich zurück, wollte alleine sein mit mir, mit meiner Enttäuschung.

Ich ging in meinen inneren Räumen auf und ab, unruhig, verwirrt, traurig und ich suchte nach dem Raum, der mir meine Ruhe zurückbringen könnte ... und mit einem Male war mir unglaublich schmerhaft **bewusst**, dass dieser Raum, der Raum des Lichts, der Freude, der Vertrautheit leer steht.

Es ist der Raum, in dem ich Florian besuchte, als er noch lebte. Ich erinnerte dieses Gefühl, wann immer ich traurig war, mich etwas irritierte, verärgerte, ich mich unverstanden fühlte, gekränkt –

dann suchte ich diesen Raum in mir auf: dort war mein Sohn, das Liebste, was ich auf dieser Welt hatte – und ich führte mit ihm den inneren Dialog. Ich erzählte ihm und ich wusste jederzeit, dass ich ihn erreichen könnte, würde ich es wollen. Meist reichte dieses innere Gespräch – manchmal rief ich ihn an und wir sprachen miteinander. Auch, wenn er nicht immer Rat wusste – darum ging es nicht. Es war die emotionale Sicherheit, die er mir gab. »Du bist da, Florian, ich kann dich erreichen, wenn ich dich brauche, wenn mein Herz nach dir ruft – dann bist du da« ... Dieses Aufsuchen dieses inneren Raumes war so selbstverständlich – und diese Leere zu spüren brach mir heute fast das Herz. So deutlich ist mir seit langem nicht bewusst gewesen, wie unbewohnt ich mich fühle - wie brach ein Teil meines Inneren liegt – verwüstet und nichts, was dort wachsen kann.

Die Liebe zu meinem toten Sohn hat andere Räume. Auch sie suche ich auf – auch dort führe ich das Zwiegespräch – aber immer im Bewusstsein, dass Florian tot ist. ... Das ist nicht vergleichbar mit dem Gefühl, das für immer verloren ging.



Foto: privat

Florians Pullover, die ich jeden Sommer an der Sonne lüfte.

**Nicht vorüber
Was vorüber ist
Ist nicht vorüber
Es wächst weiter
In deinen Zellen
Ein Baum aus Tränen
Oder
Vergangenem Glück
Rose Ausländer**

»Es war eine lange, beschwerliche Wanderschaft, bis wir endlich einen Ort relativer Seelenruhe erreichen. Doch einmal angekommen, verspüren wir Erleichterung und Befreiung von unserer größten Verzweiflung. Der Tod eines Menschen, den wir liebten, ist nicht etwas, worüber man jemals hinwegkommt. Doch wenn wir uns durch

die Trauer durchgearbeitet haben, uns Zeit gelassen haben, den Schmerz zu fühlen und unser Leben aus dieser veränderten Perspektive betrachten, dann können wir endlich akzeptieren, was uns widerfahren ist. Das ist das Geschenk, das wir uns selbst gemacht haben, indem wir die Trauer angenommen haben, sie durch gestanden haben, anstatt sie zu leugnen oder sie in etwas verwandelt haben, das nicht existiert.

Wer vor seiner Trauer davonläuft, wird niemals inneren Frieden finden. Doch weil wir uns unserem Verlust gestellt haben, ist es uns nun möglich, ein Leben frei – oder zumindest relativ frei – von innerem Konflikt zu leben. »Ich kann jetzt an sein Grab gehen mit Blumen und mit Frieden im Herzen anstatt mit Blumen in der Hand und Dornen im Herzen.

Weil ich mich meinem Verlust ausgesetzt habe, ist es mir gelungen, Frieden zu finden. Wenn auch noch nicht heute, so wird es mir doch eines Tages in der Zukunft möglich sein, meinen Schmerz zu akzeptieren. Ich werde es mir zum Ziel setzen. Jetzt beglückwünsche ich mich, dass ich so weit gekommen bin, die ganze Spannweite der Gefühle und Zustände, die mit meiner Trauer einhergehen, zu ertragen.« (Carol Staudacher, Tage der Trauer, Tage der Heilung)



Foto: privat

Florian und ich.

Raum der Hoffnung

Ich glaube, dass alle Menschen, die große Schmerzen erlebt haben und es ausgehalten haben, sie bewusst zu betrachten und sie für diese Zeit der Betrachtung in ihrem unermesslichen, eigentlich mit Worten nicht zu beschreibenden, fast vernichtendem Ausmaß zu spüren, an der Stelle, wo es nicht mehr weiter geht, um nicht tödlich zu sein, an einen Wendepunkt gelangen. Erst wenn man dem Schmerz ohne zu stocken unaufhaltsam in die Tiefe gefolgt ist und nichts anderes mehr zu sehen und spüren ist, öffnet sich schlagartig, ja fast mit der Kraft einer Explosion – so als wenn es gar nicht anders möglich wäre – **der Raum der Hoffnung**.

**RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010**

37

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

ERFAHRUNGEN TRAUERNDER MÜTTER, VÄTER UND GESCHWISTER

In diesem Raum ist der Aufenthalt so beglückend, so voller Zuversicht und beruhigender Gewissheit und das Erleben dort ist genauso intensiv und eindrücklich, wie zuvor der Schmerz.

Solche Erlebnisse sind Kraft zehrend und Energie spendend zugleich, und eine friedvolle Er schöpfung macht sich breit.

Die Erinnerung an das Durchlebte ist unauslösbar. Dieser Prozess des Durchlebens wird sich wiederholen, der Schmerz kommt wieder, stark und gut ausgeruht, die Ahnungslosigkeit mit Schrecken zu überrollen, oder etwas weniger intensiv, vielleicht sogar leise; er überschattet die Hoffnung; die Hoffnung durchbricht die Macht des Schmerzes, lässt heilende Gefühle wachsen. Jede Wiederkehr kann etwas verändern, vielleicht etwas mildern.

Ich wünsche mir, dass ich beides spüren kann, den Schmerz und die Hoffnung, mal mehr und mal weniger stark. Und dass ich den Raum der Hoffnung immer finde oder mich an seinen Aufenthalt dort erinnere.

Wer Schmerz empfunden hat, hat Heilung verdient.



Wenn ich mir die weitere Zukunft vorstelle, könnte sie so aussehen: Der Schmerz ist noch immer da, aber im Laufe der Zeit zu einem melancholischen Fantasieren und wehmüttigem Heraufbeschwören von Bildern meines erwachsenen Sohnes geraten, zu stummen Zwiegesprächen und entrückten Nachmittagen über Fotos und Kinderzeichnungen. Nie wäre ich wunschlos glücklich, aber noch weiter entfernt von Hoffnungslosigkeit. Ich werde leben, reisen, höre Musik, lese Bücher und habe meinen geliebten Mann, meine Freunde und meine Enkelkinder, auch wenn ich sie nur als Leihgabe des Himmels betrachte.



Foto privat
du und ich;
auf dem Blumenpfad werden wir gehen,
du und ich;
wir werden Blumen pflücken auf unserem Weg,
du und ich.

»Dort oben werden wir gehen,
du und ich;
die Milchstraße entlang werden wir gehen,

Wintu-Indianer

Wir sind in unsren Wänden gefangen, die vielleicht dünner sind, als wir glauben. Manchmal mauern unsere Tränen die Fenster zu – manchmal sind sie es, die, die kleinen Tore öffnen, hinter denen dies andere Leben ist, das uns verloren ging.

Unsere Toten leben in einer anderen, transzendenten Welt, sind angekommen an dem Ort, wo sie für immer bleiben können. Sie sind aufgehoben im großen Ganzen.

Von der Ewigkeit

Aus der Zeit wollt ihr einen Strom machen, an dessen Ufern ihr euch niederlasset, um ihn im Vorbeifließen zu überwachen.

Doch das Zeitlose in euch weiß um die Zeitlosigkeit des Lebens, und es weiß, dass Gestern nur die Erinnerung an Heute ist, und Morgen nur der Traum von Heute, und das, was in euch singt und sinnt, immer noch verweilet in den Grenzen jenes ersten Augenblickes, der die Gestirne in den Raum gestreut.

Khalil Gibran, Prophet, 47



Florians Grab.

Auf Flügeln der Morgenröte will ich dich tragen
ich werd bei dir sein auch an finsternen Tagen
ein wärmender Mantel will ich dir sein
sanft hüllt meine Liebe dich ein
und führt dein Weg dich durch steiniges Land
ich halte dich fest in meiner Hand
auch stürmische Meere erschrecken dich nicht
ich bin dein Segel im Sonnenlicht
und findest du nachts nicht Rast noch Ruh
mein Stern am Himmel funkelt dir zu
wenn Zweifel und Angst deine Seele beschwert
dann hab ich längst schon dein Rufen gehört
ich werde über und unter dir schweben
ich bin die Kraft in deinem Leben
so lange noch Himmel und Erden bestehen
werd ich nicht von deiner Seite gehen
zu jeder Stund und zu allen Zeiten
wird dies Vermächtnis dich begleiten.

Monika A. E. Klemmstein



An der Seite des Todes steht das Leben.
»Der Tod ist Ursprung und Mitte der Kultur«, schreibt Jan Assmann. »Der Tod und das Bewusstsein der Endlichkeit gehören zum Leben, und auch die Hoffnung darauf, dass etwas bleibt von der gelebten Zeit, so wie die Toten in Erinnerung bleiben durch sichtbare Zeichen in Bild und Schrift, dass es nach der ›Zeit‹ etwas gibt, eben ›die Zeit danach‹, in der die Lebenden für die Toten sorgen, ihnen würdige Ruhestatten richten, die der Nachwelt vielleicht etwas über das Leben und die Hoffnungen des Verstorbenen mitteilen.«

Gabriele Gérard, Berlin, Januar 2009

14

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

39

Zehn Jahre ohne Stephanie

Das Leben scheint wieder in gewohnten Bahnen zu verlaufen. Lachen und Sich-Freuen gehören zum Alltag. Doch plötzlich und ganz ohne Vorwarnung melden sich tief schmerzliche Gefühle, welche mich an die erste dunkle Zeit erinnern. Verwirrt frage ich mich in den frühen Jahren, ob ich denn immer noch nicht geheilt sei. Inzwischen habe ich gelernt damit umzugehen und lasse mich nicht mehr entmutigen.

In einer solchen Phase muss ich in mich gehen und mich ganz meiner Stephanie widmen, die wegen ihres furchtbaren inneren Schmerzes nicht mehr weiter leben konnte. Solch tiefen Gefühle sind Teil meines Heilungsprozesses. Es nützt nichts, diese unterdrücken zu wollen. Ich muss mich diesen stellen, ihnen Zeit widmen, sie annehmen. Auch gute Gedanken haben Platz in dieser Phase. Ich erinnere mich an Stephanies ansteckendes Lachen, an ihre ausdrucksvoollen Samtaugen, ihre tiefgründigen Lebensweisheiten die sie uns kundtat. Oder wie ein Freund von ihr schrieb: »Ich bin dankbar, dass ich in Stephanie einen besonders wertvollen Menschen kennen lernen durfte.« Es sind Phasen der Trauer und der tiefen Sehnsucht nach meinem geliebten Kind. Und wenn ich diese durchlebt habe, dann erst, und nur dann kann ich dort weiterfahren, wo ich unterbrochen wurde. Dann, kann ich mich



Foto: privat

Stephanie Lehner · *6. 2. 1976 · †14. 1. 2000

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

ERFAHRUNGEN TRAUERNDER MÜTTER, VÄTER UND GESCHWISTER

wieder freuen an dem, was um mich herum geschieht.

Obwohl diese Trauerphasen von Zeit zu Zeit wiederkehren, werden die Abstände dazwischen immer länger. Die Sehnsucht nach meiner geliebten Stephanie bleibt, aber sie hindert mich nicht mehr daran, an einem erfüllten Leben teilzunehmen. Vreni Lehner, Mutter von Stephanie

Es gibt Zeiten, in denen selbst zu leben eine Frage des Mutes ist.

Seneca (etwa 4 v. Chr. bis 65 n. Chr.)

Regina Wessels aus Lindlar hat ihre Tochter Manuela am 1. November 1990 durch Suizid verloren. Von Anfang 1994 an ist sie in der dortigen Selbsthilfegruppe für Verwaiste Eltern dabei. 1998 fing sie an, Texte zu schreiben. Einige davon sind nun hier zu lesen:

Valentinstag, 14. Februar 1998
Vor sieben Jahren, drei Monaten und 14 Tagen nahm sich meine Tochter das Leben. Sie war 22 Jahre alt.

Am Morgen des 14. Februar 1998 erwachte ich weinend aus einem Traum. Zum ersten Mal träumte ich von meiner Tochter und wusste, dass sie tot ist. In all den Jahren, in vielen Träumen habe ich sie immer nur als Kind gesehen.

Ich glaube, ich konnte und wollte nicht begreifen, dass sie nicht mehr lebt.

Dann fielen mir diese Zeilen ein, und ich schrieb sie auf:

Schon lange bist du von mir fort.
Wo bist du? An jenem Ort?
Wo jeder jeden liebt?
Wo es nur Freud und Frieden gibt?
Von dort gibt's keine Wiederkehr,
zurück zu mir, hierher.
So lass ich dich nun gehn,
und hoffe auf ein Wiedersehn.

Schöne Tage, 13. März 1998
Oft denk ich an die schöne Zeit,
ach, wie ist es doch so weit,
als wir große Pläne machten
und dann herhaft darüber lachten.
Wo sind sie hin, die schönen Tage.
Dann stellt sich mir die Frage:
Das kann doch nicht alles gewesen sein?
Du so weit fort und ich hier allein.

Nie mehr!
19. März 1998

Als die Totenglocken läuteten,
wusste ich genau, was sie bedeuteten.
Wie ein Film lief alles an mir vorbei,
der Abschied von dir, und ich war dabei.

Man wundert sich, der Körper funktioniert,
obwohl man das Liebste im Leben verliert.
Man trug dich zu Grabe, ich war dabei.
Im Kopf diese Worte »Nie mehr«.

Nie mehr höre ich dein Lachen.
Nie mehr dumme Sachen machen.
Nie mehr deine Stimme hören,
und dabei könnte ich schwören,
alles war doch erst heute,
und dann dieses Glockengeläute:
»Nie mehr«.

Wahrheit oder Lüge? 22. Juli 1998

Wahrheit ist: Du bist nicht mehr hier.
Wahrheit ist: Ich sehn mich nach dir.
Wahrheit ist: Du hast uns verlassen.
Wahrheit ist: Ich kann es nicht fassen.
Wahrheit ist: Du ließest uns allein.
Wahrheit ist: Du kommst nie mehr heim.
Doch gibt es nicht auch Lügen?

Am 23. März 2009 verlor ich meinen Mann, er starb plötzlich. Er wurde nur 65 Jahre alt. Den Tod unserer Tochter hat er nie verwunden. Für mich beginnt ein neuer Trauerweg.

Regina Wessels



Wir würden es sehr begrüßen,
wenn Sie durch Ihre Mitgliedschaft
Ihre Zugehörigkeit zum bundesweiten Netzwerk
der »Verwaisten Eltern« dokumentieren.

Luisas Texte nach dem Tod ihres Bruders Jannik

Luisa war 13 Jahre alt, als ihr dreijähriger Bruder durch einen Stromschlag starb. Ihr großer Bruder Hendrik war damals 16 Jahre alt.

In vielen Texten setzt sich Luisa immer wieder mit ihrer Trauer und dem Tod ihres Bruders auseinander. (Bei den Texten wurde nur die Rechtschreibung korrigiert.)

12. Januar 2006

Trauer ist ein Teil des Tröstens. Viele Menschen aber wollen nicht darüber sprechen, wie das passiert ist, dass dieses Kind oder dieser Mensch gestorben ist. Die aber, die darüber reden wollen, die können viel besser darüber reden. Es ist auch nicht schlimm, wenn man wo anders weinen muss. Weinen ist ein Teil, womit man sich hilft. Zum Beispiel – ich habe meinen Bruder Jannik verloren. Es gibt ganz Viele, die Menschen verloren haben. Es gibt Seminare, wo man mit Betreuern die Trauer teilen kann. Bei der Beerdigung habe ich Jannik ein Buch ins Grab geworfen und eine Rose in rot. Alle haben eine rote Rose ins Grab geworfen und ein paar Blütenblätter. Dann haben wir geschwiegen.

12. Februar 2006

In letzter Zeit gehe ich ganz oft zum Friedhof, und ich werde auch meinen kleinen Bruder Jannik nie und nimmer vergessen. Warum ist der Sonnenschein gegangen? Unser Jannik war so ein lieber Sonnenschein und immer so lustig und froh. Ich bin so traurig, dass unser Sonnenschein gestorben ist. Jannik hat aber ein sehr, sehr schönes Grab mit schönen Sachen, zum Beispiel ein ganz schöner Engel und viele Sachen aus Bügelperlen und von Bob der Baumeister den Heppo – der hat eine Eisenstange.

März 2006

Trauern

Es gibt Blumen, Bäume, Früchte, Tiere und noch viel mehr. Und diese Sachen verwelken oder sterben.

Jannik Leonard Powierski ist auch vor 8 Monaten an einem Elektroschock gestorben. Er war drei Jahre alt. Wenn ein Mensch stirbt, verletzt es die Gefühle der Angehörigen. Aber man kann oft nichts dafür, dass ein Mensch oder jemand anders die Augen zu macht und nie mehr aufmacht. Wir hoffen, dass für die, die in den Himmel kommen mussten, auch im Himmel ihr Leben weitergehen kann. Und alle miteinander sind und nicht gegen einander.

Ich wünsche mir sehr, dass es allen Toten im Reich Gottes sehr, sehr gut geht und nicht so viel Krieg

herrscht wie hier auf der Erde und dass alle Menschen, die so ein Schicksal hatten, auch für den oder die Verstorbene/n ein Licht anzünden und daran denken, dass sie in unserem Herzen immer noch da sind.

Es hilft, wenn man an diese Person denkt.

Der Tod ist so, als wenn der Mensch auswandern würde.

17. Oktober 2006

Die Trauer lebt tief in dir. Du kannst sie nicht sehen, du kannst sie nur spüren. Andere Menschen merken dir einfach an, dass etwas nicht stimmt. Und fragen dich, was du hast. Und du sagst, dass du traurig bist. Der andere fragt, ob er dir helfen kann. Da sagst du, nein, es geht schon. Da geht der andere weg, und du fühlst dich alleine. Du willst ihn fragen, ob er nicht noch bleiben will, aber er ist schon weg. Du gehst verlassen und traurig nach Hause. Du willst die Trauer runterschlucken, aber es geht nicht. Du drückst deine Trauer in Wörtern aus, und es geht dir schon etwas besser. Du versuchst, deine Freunde anzurufen, aber sie sind nicht da. Du gehst traurig ins Bett, aber du kannst nicht schlafen. Du gehst traurig zur Arbeit. Deine Kollegen versuchen, dich aufzuheitern, und du wirst wieder etwas fröhlicher. Und als du fast wieder normal geworden bist, erfährst du, dass einer aus deiner Familie einen Unfall hatte und im Krankenhaus liegt. Du fährst sofort zu ihm mit dem Gedanken, dass es vielleicht schon zu spät ist. Als du an kommst, geht es ihm schon besser, und du atmest erleichtert auf.

9. Februar 2007

Trost – für Mama von Luisa

Wenn du traurig bist, dann denke einfach an die schönen Dinge, die du mit ihm erlebt hast. Zum Beispiel an seinem Geburtstag, wie er sich über die Geschenke gefreut hat. In unserem Herzen hat er immer einen Platz. Du stellst dir vor, dass er neben dir sitzt und mit dir spricht. Und wie er dir über den Kindergarten erzählt und dass er mit dem Maxi auf der Ritterburg gespielt hat. Aber einen Ort gibt es, da kannst du ihm immer wieder Hallo sagen. Es ist so schön, dass es den Friedhof gibt. Ich habe dich ganz doll lieb. Wir haben einen Schutzengel und der heißt Jannik.

Da hast du Platz für deine Gedanken über Jannik!

16. März 2007

Unser kleiner Jannimann beschützt uns so gut er kann.

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010
14

41

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!?!«

ERFAHRUNGEN TRAUERNDE MÜTTER, VÄTER UND GESCHWISTER

9. April 2007

Manchmal gibt es neuen Mut und neue Kraft, die tut uns gut.

13. Januar 2008

Weißt du, dass wir uns wiedersehen, irgendwann im großen Himmelreich? Jetzt kannst du spielen mit deinen Engeln, und irgendwann bin ich auch dabei.

Stern

Jeder Stern hat einen festen Platz im großen Himmelszelt. Aber leider kommen immer wieder jeden Tag viele neue Sterne. Ein Stern, der einmal leuchtet, leuchtet für immer und ewig. Einen Stern kann man nicht auspusten wie eine Kerze. Ein Stern ist die Seele eines verstorbenen Menschen. Wenn ein Stern traurig ist, ist er nur schwer zu erkennen. Aber wenn ein Stern fröhlich ist und alle Sorgen vergisst, sieht man ihn sofort. Ich stelle mir das so vor, wenn ein Stern ganz schwer zu erkennen ist, erlischt er nicht, sondern die dazu gehörige Seele geht morgens nur schlafen und wacht abends, wenn es dunkel wird, wieder auf. Bei Engeln ist das anders, Engel wachen Tag und Nacht über uns.

24. Februar 2008

Meine Geschichte

Man stelle sich vor, dass das Leben ein Eis ist, und der Tod ist heißes Wasser. Und jetzt gießt man das heiße Wasser über das kalte Eis. Dann entsteht Wasserdampf und das sind die Tränen. Das Eis ist jetzt weg, und das heißt, der Mensch ist gestorben.

1. März 2008

Wie sehr wir jetzt trauern

Wir waren glücklich, als unser kleiner Jannik zur Welt gekommen ist. Wir können uns noch gut daran erinnern. Aber im Jahr 2005 kam die Trau-

er. Unser kleiner dreieinhalbjähriger Jannik hatte einen Elektroschock und lag 15 Tage auf der Intensivstation im Koma. Doch als die 15 Tage um waren, haben meine Eltern meinem Bruder Hendrik und mir mit tiefer Trauer erzählt, dass unser kleiner Jannik tot ist. Jannik lag beim Beerdigungsinstitut P. Er hatte einen weißen Sarg mit einer Blumenkette darauf. Wir hatten Glück, dass Jannik neben Oma beerdigt wurde. Jetzt fällt es uns schwer, mit der Trauer klar zu kommen.

Ich gehe gerne und oft in das Zimmer von Jannik. Wir versuchen, wieder ein normales Leben zu führen.

16. September 2008

Meine Geschichte

Ich freue mich, wenn die Sonne scheint, dann sehe ich, dass das Lachen des Lebens immer bei mir ist. Und ich bin völlig außer mir, wenn ich mit ihm in die hellen Wolken zieh. Mein Herz ist aus lauter Liebe und meine Hoffnung aus lauter Fröhlichkeit. Weil ich weiß, dass es ihm gut geht. Deshalb bin ich auch so froh an diesem Tag. Mein Herz spielt verrückt, aber es ist wahr. Ich fliege mit ihm in die Wolken, lache mit ihm um die Wette und weiß, ich bin ihm nah.

Dein Leben ist wie ein Meer. Es gibt schnelle Wellen, die schnell in sich zusammen fallen. Das sind die schönen Sachen im Leben. Aber es gibt auch langsame Wellen, die sich sehr viel Zeit nehmen. Das sind die Sachen, die nicht so schön sind im Leben.

Aber vergesse nie das Watt, das dir deine schlechten Gefühle nimmt. Es ist ein Kommen und Gehen, da das Watt auch zurück kommt.

Luisa Powierski

Mein geliebtes Kind

Mein geliebtes Kind – bereits einige Jahre fehlst du uns nun, Zeiten voll Trauer, Sehnsucht und Schmerzen. Wir vermissen dein Lachen – die Stimme, dein Scherzen, all dies wird für ewig im Grabe nun ruhn. Warum musste dein Tod überhaupt nur geschehen? Ganz gleich jede Antwort, die wir doch nicht verstehen. Wir verloren die Zukunft, die du stets für uns warst, an einem sonnigen Tag, als dein Leben zerbarst.

Viele Bilder von dir sind in unseren Köpfen, wie gerne würden wir daraus Lebenskraft schöpfen, die Lebenskraft, die viele uns wünschen, doch lässt sich der Schmerz, damit nicht übertünchen.

Und plötzlich dann bist du ganz nah uns gewesen, beim Frühstück, im Bad, beim Kochen und Lesen, wir fahren im Auto, sind woanders als Gast, versuchen zu lachen, obwohl es nicht passt.

Wir sehn viele Kinder, die du einst gekannt, sie schmücken dein Grab – oft mit eigener Hand, ob Schule, Ballett, beim Schwimmen und Spielen, dein Platz und dein Bild, ist oftmals bei ihnen.

Noch fühlen wir nicht, wann der Schmerz überwunden, erst wenn die Ruhe wir selbst dann gefunden, die du schon längst hast, dort unten im Grabe, so lange nun schon, Tage, Wochen und Jahre.

Wolfgang Todtenhausen

Gedichte+Texte – geschrieben von Trauernden für Trauernde

Für viele trauernde Mütter, Väter und Geschwister kann es eine Hilfe sein, sich ihre Trauer von der »Seele zu schreiben«. So entstehen immer wieder wunderschöne Texte, die sowohl für die Schreibenden als auch für die Leserinnen eine mögliche Unterstützung, eine Begleitung auf ihrem Trauerweg sein können.

mcfb

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

Wünsche

Ich wünsche uns Menschen an die Seite,
die unsere Trauer ernstnehmen,
die uns wahrnehmen und es mit uns aushalten.

Ich wünsche uns Menschen an die Seite,
die uns annehmen und auch bei uns bleiben,
wenn unser Verhalten für sie nicht
nachvollziehbar ist.

Ich wünsche uns Menschen an die Seite,
die auch noch nach Jahren den Namen
unserer Kinder aussprechen und mit uns
die Erinnerung an unsere Kinder teilen.

Ich wünsche uns Menschen an die Seite,
die akzeptieren, dass es Dinge gibt,
die wir nicht mehr machen können und oft
nur kurzfristig vorausplanen können.

Ich wünsche uns Menschen an die Seite,
die uns besuchen und mit uns reden, obwohl sie
Angst haben, etwas Falsches zu sagen.

Ich wünsche uns Menschen an die Seite,
die den Weg ohne unsere Kinder
manchmal still, manchmal mit vielen Tränen
oder auch mit langen Gesprächen begleiten
und wir nicht vereinsamen.

© Edith Ruff

dein geburtstag

heut ist dein geburtstag
aber die feier fällt aus
und wir bleiben alle
zu haus
mal abgesehen
von den 5 minuten
an deinem grab

Oliver Spilker

In Gottes Land

Kein Gebet hat geholfen
Kein Glaube bestand
Und dennoch:
Hinübergestolpert
In Gottes Land

Oliver Spilker

43

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

GEDICHTE UND TEXTE – GESCHRIEBEN VON TRAUERNDEN FÜR TRAUERNDEN

nicht ein Gebet

nicht ein gebet
verlängert unser leben
nicht ein einziges
wer sind wir denn
dass wir den höchsten
beeinflussen könnten
als würde gott wie nero
oder julius caesar gleich
in der arena sitzend
seinen daumen noch unten
und dann immer weiter
nach oben halten
je mehr gebete ihn erreichen
bis der todgeweihte
begnadigt wird.
bittet, so wird euch gegeben
heißt es
wie ist dieser satz
in die bibel gekommen
bittet so viel ihr wollt
müsste es heißen
es nützt euch nichts
denn es geschieht
was euch bestimmt ist
und das
glaubt es
ist gut

Oliver Spilker

Dem Herzen nah ...

Unfall, Krankheit, Krebs, Schicksalsschläge
Viele Namen hat der Schrecken,
der Schmerz, der uns alle traf ins Herz.
 Nie wieder Euer Lachen hören,
 nie wieder Eure Stimme wahrnehmen,
 nie wieder Eure Hände spüren,
 nie wieder Eure Schritte hören,
 nie wieder Eure Haut riechen
 Nie wieder
 Nie wieder mit Euch lachen,
 nie wieder mit Euch weinen,
 nie wieder Euch trösten,
 nie wieder Euch beschützen.
 Unendlich lang die Liste von
 Nie wieder
 Es gibt so viele, unendlich viele
 Nie wieder
 Umso kostbarer die Erinnerung
 Die kostbare Erinnerung,
die wir ganz tief in unseren Herzen tragen.
 Die Erinnerung, die uns tröstet wenn –
 das Heimweh das Herz fast zerreißt.
 Die Erinnerung, die uns tröstet wenn –
die Tage ohne Euch nicht mehr lebbar erscheinen.
 Die Erinnerung, die uns tröstet wenn –
die Nächte zur Qual der Sehnsucht werden.
 Die Erinnerung, die uns tröstet wenn –
die Sonnenstrahlen blenden vor Helligkeit,
 die wir ohne Euch fast nicht ertragen.
 Die Erinnerung, die uns tröstet wenn –
der Regen uns vorkommt,
 als wären es Tränen um Euch.
 Die Erinnerung, die uns tröstet wenn –
das Lachen uns als Hohn und Verrat
an der Sehnsucht nach Euch erscheint.
 Die Erinnerung, die uns tröstet wenn –
der Wind singt das Lied der Traurigkeit.
 Die Erinnerung ins Herz uns gebrannt.
 Wie ein kostbarer Diamant.
 Wie eine einzigartige Perle.
 Wie ein tief verborgener Schatz.
 Wie eine einzigartige Blume.
 Wie eine Oase in sandiger Wüste.
Durch diese Erinnerungen seid Ihr
 Unserem »Herzen so nah«.
 Wir vermissen Euch
 Wir lieben Euch für ewige Zeiten.

© Edith Ruff, November 2009

mitten in der nacht

manchmal
mitten in der nacht
wache ich auf
und dann bin ich wieder
 3 oder 4
und liege in meinem weißen gitterbettchen
und du erzählst mir geschichten
damit ich gut einschlafen kann
 dann bin ich wieder
 13 oder 14
und du sitzt neben mir am schreibtisch
und erklärst mir den ablativus absolutus
damit ich die klasse nicht wiederholen muss
 dann bin ich wieder
 20 oder 30
und du gehst mit mir am rheinufer entlang
und wir reden über gott und seine welt
 und dann schlafe ich wieder ein
irgendwann in den frühen morgenstunden
 und denke daran
 wie du eingeschlafen bist
 in den frühen morgenstunden
 für immer
Oliver Spilker

Stilles Gebet

»Lieber Gott, stehe uns bei,
denn viele Menschen wissen nicht wie.«
Wolfgang Todtenhausen

Fünf Jahre älter

Fünf Jahre älter warst du immer
 Fünf Jahre mir voraus.
Und nun soll ich in drei Jahren
 Dich schon eingeholt haben
 Und in vier Jahren schon
 So alt sein
 Wie du nie geworden bist
 Undenkbar
 Älter sein als du
 Große Schwester
 Bin immer
 Dein kleiner Bruder
Auch wenn ich groß werden sollte
Oliver Spilker

Gedanken an dich

Du mein geliebtes Kind,
ich denke oft an dich, ...
so wie du lachst, wie du singst,
so wie du tanzt, und springst,
mit deinen Freunden scherzt,
auch manchmal mit den Fragen nervst.

*

All die dich mochten und liebten,
wo sind sie nur?
Von deiner Zeit als du lebtest fast keine Spur.
Warum traf uns,
was andere schon nicht mehr ...
... im Herzen röhrt?

*

Keiner von ihnen kennt diesen Abgrund
und tiefen Schmerz,
weil sie niemals verspürten dieses Stechen
im Herz.

Sie wenden sich ab,
werfen selten einen Blick zurück,
und hoffen, sie halten für immer das Glück,
... für immer das Glück.

*

Du mein geliebtes Kind,
ich denke oft an dich ...

*

Sie vergleichen deinen Tod
mit dem ihres Hundes?
Gedenken jährlich der Festtage
doch nie als du gingst?
Und glauben du bist durch ein anderes
zu ersetzen?
Ohne dich leben
ist doch schon so schwer genug,
... schwer genug!

*

Was dachte Gott als er dich zu sich nahm?
Gehört dieses Leid etwa zu einem Lebensplan?
Meinen Glauben zu prüfen wie echt er ist
und auch wie tief?

Warum nur wollte er dich
und nicht mich als er rief?
... als er dich rief!

*

Wo sind die Freunde von einst nur geblieben?
Hat der Tod eines Kindes
sie wirklich vertrieben?
Verstummt das gemeinsame Lachen
und Scherzen.

Stattdessen ein einsames Weinen,
bei brennenden Kerzen.
Dank all den Menschen,
die in zahlreichen Stunden,
den Weg zu uns dennoch gefunden,
hilfreich vergangene Zeiten aufröhren,
und dabei ehrliches Mitgefühl spüren.

*

Die Zeit heilt den Schmerz
glauben manche zu wissen,
sie brauchten wohl niemals ein Kind
zu vermissen.

Doch dieser stechende Schmerz,
er tut unmenschlich weh,
unmenschlich weh ...
komm doch zurück ...
gebt uns zurück ...

was wir so sehr liebten ...
was wir so sehr liebten ... unendlich liebten
und es immer noch tun,
immer noch tun,
und ohne nicht wirklich leben können,
was viele nicht verstehen ...
unmöglich verstehen.

*

Wir vergessen dich niemals,
auch wenn deine jetzige Welt noch so schön ...
unsterblich schön ist.

*

Du mein geliebtes Kind,
ich denke oft an dich ...

Wolfgang Todtenhausen,
frei nach dem Song und der Melodie »Dear Mister President« (Pink)

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

45

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

GEDICHTE UND TEXTE - GESENRIEBEN VON TRAUERNDEN FÜR TRAUERNDE

Foto: privat

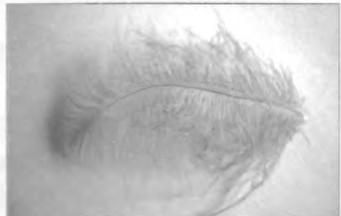


Friedhof Santanyi (Mallorca)

Schicksal

Wer es gebeugt
durchs Leben trägt
spürt mit jedem
verwundeten Schritt
wie schwer es wiegt.
Wer seelenbetäubt
den lichtlosen Weg
der Trauer geht
hört mit jedem
gebrochenen Herzschlag
wie unerbittlich es schlägt.
Müssen wir Schicksal tragen
um mit ihm zu wachsen?
Müssen wir Leid erfahren
um das unstillbare Gefühl
der Sehnsucht zu erfassen?
Vielleicht werden
die Trostsuchenden
eines Tages
die Tröstenden sein.
Weil Schicksal allein
sich dem Schicksal
mit-teilen kann.

© Ute Leser

**Flügeltraum**

Wie unendlich leicht
und doch gewichtig
du durch den Raum
der Hoffnung schwebst.
Als seien alle Erdenlasten
für immer von dir abgefallen.
Halb tanzend halb getragen
wiegt dich dein Flügeltraum
als wolltest du ein Stückchen
Himmel zeitlos mit uns teilen
als dürften wir für einen Atemzug
auf Seelenfühlung mit dir sein.

© Ute Leser

**Warum**

fragte die Hoffnung
trägst du
dieses leidgesäumte
Dornenkleid?
Weil nur der Schmerz
mich wachsen lässt
antwortete die Zeit.
Die Wunden der Trauer
kann ich niemals heilen.
Wenn aber jeder von uns
seine Hand in die andere legt
muss es doch einen Weg geben
Schicksal zu teilen
damit jeder blütenlose Lebenszweig
irgendwann wieder Knospen trägt.

© Ute Leser

Mein Geburtstag

Am Ende dieses Geburtstages
Mit so vielen Gästen
Mit vielen Geschenken
Mit Lachen und Essen und Trinken
Am Ende dieses Festes
Mitten in die Stille hinein
Du hast nicht angerufen
Du hast nicht geschrieben
Du hast kein Päckchen geschickt
So wird es bleiben

Oliver Spilker



Foto: privat

Winterblatt

Wie jedes Jahr
um diese Zeit
bist du bereit
zu gehen.
Todsicher
dass Sterben
nur Übergang ist.
Der ewige Schlaf
versicherst du
sei nicht mehr
als eine andere Form
von Leben.
Und Tod nichts anderes
als ein Wandern
von Licht zu Licht.

© Ute Leser

Die Zeit –

»Die Zeit hält das Versprechen nicht,
den Schmerz zu lindern.«

Wolfgang Todtenhausen

Frühling

Frühling liegt in der Luft,
mit welch ein betörendem Duft.
Überdeckst mit hunderten Farben,
des Winters kalte Narben.
Möchte mich allen Gefühlen ergeben,
so wie ein Schmetterling tanzend schweben.
Umwehst mich als warmer Hauch,
seh schon die Knospen vom Haselstrauch.
Hältst sanft umschlungen meine Seele,
auf das sie sich nicht mehr quäle.
Zeigst der Tod hat keine Macht,
da durch Gottes Segen alles neu erwacht.

Holger Günther 2010

Unser letzter Frühling

Wir sind zusammen über Bäche gesprungen,
haben fröhliche Lieder gesungen,
im tiefen Wald eine Höhle gebaut
und nach den Vögeln und Wolken am Himmel
geschaut.

Wir sind mit dem Wind um die Wette gelaufen
und es machte dir Spaß, mit mir zu raufen.

In unserer herrlichen kleinen Welt
erträumtest du dich als furchtlosen Held.

Mein Kind, du wolltest unsterblich sein,
dein Herz war so groß, deine Hand noch klein ...

Am Abend saßen wir lange am Fenster,
lauschten der Amsel und vertrieben Gespenster ...
Unser letzter Frühling ... als die Amsel gesungen
sind dein Lachen und unsere Lieder verklingen ...

Die Amsel singt wieder,
doch du hörst es nicht mehr ...
und mein Nest ist so leer ...

Regina Träger

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

47

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

GEDICHTE UND TEXTE – GESCHRIEBEN VON TRAUERNDEN FÜR TRAUERNDE



Regenbogenfisch

Ein Fisch als Regenbogen,
schwimmt täglich durch Meereswogen.

Schuppen in vielen bunten Farben,
bedecken seine tiefen Narben.

Das Lächeln in seinem Gesicht,
wie eine Maske, nie von Trauer spricht.

Fühlen uns ihm so verbunden,
auch wir bedecken unsere Wunden.

Lächeln uns oft durch die Zeit,
wenn das Herz zerspringt vor Traurigkeit.

Wie schwer ist uns die Reise,

ziehen wir alleine unsere Kreise.

Doch schwimmen wir im Schwarm
und nicht allein,
umgibt uns die Gemeinschaft
wie ein Regenbogenschein.

Holger Günther 2010



Sehnsucht

Und wenn dich
wieder und wieder
das unstillbare Gefühl
der Sehnsucht erfasst
dann nimm es an
und lass dich getrost
in ihre Arme fallen.

Um sich mit ihr zusammen
in andere Welten zu träumen,
um den hörbaren Klang
der Stille zu spüren,
um den lebendigen
Herzschlag der Liebe
einzuatmen.

Auch Sehnsuchtsträume
versprechen Wirklichkeit.
Um wahre Brücken zwischen
Himmel und Erde zu spannen.
Weil sie ein göttliches Wissen
um das Unbewusste haben,
weil ihre übersinnliche Kraft
grenzenlose Welten schafft.
Welten, die sich näher sind
als wir ahnen und wahrer
als jeder zweifelnde Augenblick.

© Ute Leser

Mein Tod

Ist das Ende meines Mensch-Seins
Nicht das Ende des Lebens.
Ich hinterlasse Klänge und Bilder,
Gefühle der Liebe
Den Geschmack der Natur
Und den Geruch der Welt.
Ich lebe in deinen Gedanken.
Vergiss deine Trauer
Und singe mir ein Lied
aus frohem Herzen,
dann bin ich bei dir.

Cornelia Nagel · www.rakukeramik.com

Du umhüllst mich mit deinem Mantel

Du umhüllst mich mit deinem Mantel
von Vertrautheit und Wärme.
Vereinst Seelenspeise und Seelentrink
in einer für mich nährenden Zartheit.
Betäubst so manchen Schmerz mir,
sodass er auszuhalten ist.
Doch weiß ich, es wäre nicht auszuhalten
ohne dich, mein Freund.

Monika Starzengruber

Im Tal der Sehnsucht

Im Tal der Sehnsucht
schlägt die Trauerliebe
Hoffnungswurzeln.
Treiben leblose
Zweige wieder aus.
Leuchten
tot geglaubte Sterne
am dunklen Himmel
wacht die Erinnerung
als lebendiges Gefühl
einer zerbrochenen
Zukunft auf.

Reicht dir
ein Engel behutsam
seine Hand.
Führt dich durch
transparente Räume.

Keimt eine Sonnenblume
am Wegesrand.
Sät unvergängliche
Gegenwartsträume.

Faltet ein Schmetterling
seine lichtbestäubten Flügel
zum Trostgebet.
Zündet ein Vogel
die unsterbliche Melodie
des Lebens an.
Atmet die Trauer
lebendige Stille.
Staunt deine Seele
dass sie aus dem Dunkel
Licht schöpfen kann.

© Ute Leser

Trauer einer Mutter

Versteinert fällt ihr Blick
auf das Wundmal ihres Lebens.
Träumt von Licht und Auferstehung.
Atmet totenstille Hoffnung
und fällt doch wieder hältlos
in die Gegenwart ihrer zerbrochenen
Zukunft zurück.

Gräbt ihr wundes Gesicht in die kalte Erde.
Sucht verzweifelt nach Lebenswärme.
Entzündet betend ein heilendes Licht.
Findet aber in ihrer Untröstlichkeit
nur ein Bruchstück der eigenen Seele
die mit ihrem geliebten Kind
hier zeitlebens begraben ist.
Pflanzt Gefühle unteilbarer Nähe
als Zeichen der Unzertrennlichkeit.
Tränkt sie in Tränen grenzenloser Liebe.
Und verschmilzt mit ihrer Sehnsucht
nach Verschmelzung zwischen Raum und Zeit.

Trinkt aus der Quelle ihrer Erinnerung.
Schöpft lebendigen Glauben
an die Unsterblichkeit der Seele.
Der ihr das Gefühl des Todes nimmt.
Geht in Gedanken noch einmal
den leuchtenden Weg zu zweit
und wird in ihrer ungebrochenen Liebe
eins mit ihrem vorausgegangenen
unsterblichen Kind.

© Ute Leser

Er ist immer da

Egal, was ich mache,
er ist immer da.
Egal, was ich denke,
er drängt sich immer dazwischen.
Egal, was ich fühle,
er zieht mich wieder zurück in die Realität.
Er – der Gedanke an meinen Sohn
und seinen unfassbaren Tod.
Er ist immer präsent,
begleitet mich überall hin,
überschattet alles.
Er bestimmt mein Leben
und lässt mich nie wieder los!
Er ist immer da!

Renate Maier, September 2009

Es tut so weh

Wenn ich auf dem Bild in deine Augen seh,
es tut so weh.
Wenn ich Nachbars Kinder
aus dem Schulbus steigen seh,
es tut so weh.
Wenn ich auf dem Friedhof
an deiner Grabstelle steh,
es tut so weh.
Wenn ich zu deinen Lieblingsplätzen geh,
es tut so weh.
Wenn der Weihnachtsbaum leuchtet im Schnee,
es tut so weh.
Jeden Tag, den ich in meinem Leben
ohne dich geh,
werde ich sagen: »Es tut so weh!«

Regina Krüger

14
RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

49

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

GEDICHTE UND TEXTE – GESCHRIEBEN VON TRAUERNDEN FÜR TRAUERNDEN

Deine letzten Tage

Die alltägliche Nähe.
Die Freude über deine große Liebe.
Deine strahlenden Augen.
Dein unbeschwertes Lachen.
Unsere offenen Gespräche.
*
Und doch mischten sich Nachdenklichkeit
und Bedrücktheit unter die Freude:
Deine Unzufriedenheit mit deiner Lehrstelle.
Die fehlende Ruhe
wegen deiner vielen Aktivitäten.
Dein Gefühl, ein Schatten deiner selbst zu sein.
Dein unergründlicher Blick
bei unserem letzten gemeinsamen Essen.
*

War das schon dein Abschied?
Hat deine Seele gespürt,
dass der Abschied nahte?
*
Jetzt sind sie wieder präsent
– die Erinnerungen
an deine letzten Tage mit uns!
– die Erinnerungen an deinen Tod!
Wie soll ich das alles
wieder und wieder aushalten?

Renate Maier, 20. November 2009

Zwiegespräch

Wo bist du?
frage ich das kleine Licht

Hier bin ich!
Mama, spürst du mich nicht?

Ich spüre dich,
doch sehe ich dich nicht,
entgegne ich dem Licht,
und höre, wie es spricht:

Es zählt nicht,
was du siehst oder nicht,
wichtig ist nur,
du spürst mein Licht –
in dir, Mama,
nicht äußerlich!

Ich spüre dich deutlich, innerlich.
Zum Greifen nah, fehlt nur ein Stück.
Zum richtigen Glück.

Warum bist du gegangen,
mein kleines Licht,
so traurig bin ich,
ohne dich!

Ach Mama
so weine doch nicht,
Ich bin in Sicht,
schließe deine Augen
und fühle mich
ich bin ganz nah.

Warum?
Ich wieder frag,
warum nur gehst du,
kleines Licht,
lässt mich im Stich,
ich liebte dich!

So lieb mich weiter,
ich bin doch da!

Warum? ist alles, was aus mir spricht,
und so erklärt mir das kleine Licht:

Nicht traurig sein, Mama,
ich liebe dich.

Der kleine Körper, ich besaß,
der wollte nicht,
hinderte mich zu werden,
was ich werden wollte:

dein gesundes kleine Licht.
Nie wollte ich verlassen dich,
doch musste ich,
wollt doch nicht krank sein, Mama,
verstehst du mich?

Schmerzlich erkläre ich dem Licht,
am Verstehen scheitert es nicht,
nur tut es so weh.

Meine Mama,
so weine nicht,
Zeit vergeht,
bald bin ich wieder in Sicht!
Kämpfe für mich!
Ich brauche dich!
Ich liebe dich!

Mein süßes kleines Licht,
wie kann ich kämpfen um dich,
du bist doch schon tot.

Nein Mama,
nicht tot bin ich.
Nur Zeit brauch ich,
ein bisschen nur,
ich bitte dich,
empfange mich,
gleich herzlich
wie beim ersten Mal!!

Wie anders außer herzlich
könnst ich empfangen dich,
du süßes Licht,
sehnsüchtig erwart ich dich!

Also dann Mama,
nicht traurig sein!
Erwarte mich,
bald bin ich dein.
Mein Licht soll strahlen,
richtig hell,
so dass du nie den Mut verlierst.
Tot ist nicht mein Lebenslicht,
nur der Körper musste gehen.

Ich bin bei dir, ich leuchte dir,
niemals mehr sollst du trauern um mich –
es gibt keinen Grund.
Du wartest auf mich und ich auf dich!
Ich liebe Dich!

Sandra Lüttschwager

Wieder ein Tag ohne dich

Jeden Abend um die gleiche Zeit
mach ich mich zur Nacht bereit.
*

Neben meinem Bett hängt von dir ein Bild.
Ich sehe es an und bin voll Traurigkeit erfüllt.
*

Wieder ging ein Tag ohne dich dahin,
wieder so ein Tag an dem ich traurig bin.
*

Die Welt dreht sich weiter,
als sei nichts geschehen.

Aber wie kann sich die Welt
denn ohne dich drehen?
*

Seht ihr denn nicht, mein Kind ist fort.

Mein Junge befindet sich
an einem anderen Ort.
*

Wie kann es sein, dass alles ohne ihn geht?

Wie kann es sein,
dass die Welt sich weiter dreht?
*

Du siehst mich an, jeden Abend vom Bild.

Ich streichle dich
und meine Gedanken kreisen wild.
*

Warum gerade ich,
muss diesen Schmerz ertragen?

Warum gerade ich,
kann mir jemand das sagen?
*

Ich liege im Bett
und stelle mir auch oft diese Frage im Traum.

Kann mir das jemand beantworten,
ich denke wohl kaum.
*

Mit mir selber ausmachen
muss ich meine Trauer.
Denn niemand will sehen,
wie ich leide auf Dauer.
*

Niemals wird es am Abend anders werden.

Ich werde leiden,
so lange wie ich bin auf Erden.
*

Du wirst mich weiter ansehen von deinem Bild.

Ich werde dich weiter streicheln,
auch wenn mein Herz klopft ganz wild.
*

Jeden weiteren Abend werde ich dir sagen,
»Gute Nacht,
wir beide haben wieder einen Tag
hinter uns gebracht.«

Regina Krüger

Ich wollt, ich wär ein Vöglein

Ich wollt, ich wär ein Vögelein
und flöge durch die Lüfte.

Von oben sieht alles so anders aus, so klein,
umgeben von unbekannten Düften.

Als Vogel ließ ich mich dort nieder,
wo ich denke, das Leben ist schön.
Dort, wo sich nur Liebe spiegelt wieder.
Dorthin würde ich als Vogel ziehen.
*

Den ganzen Tag nähme ich mir Zeit dafür,
auf der Suche nach diesem schönen Ort.
Ich weiß nicht, ist dieser vielleicht schon hier?
Oder muss ich noch viel weiter fort?
*

Ach, wär ich doch ein Vögelein,
ein Vögelein ohne Kummer und Sorgen.
So flöge ich in den Tag hinein,
ohne zu denken: »Was wird morgen?«
*

Müsste mich kümmern nur um mich,
nur leben in den Tag hinein.
Würde stets sagen, wenn ein Tag verstrich:
»Ich bin frei, so will ich sein.«
*

Kannst du mich nicht
mit deinen Flügeln tragen?
Dafür würde ich alles geben.
Mein lieber Steffan, du musst es mir sagen.
Wie soll ich denn ohne dich weiter leben?
*

Ich wünschte,
du trägst mich mit deinen Flügeln fort,
schwingst dabei und hältst mich fest.
Bringst mich zu jenem unbekannten Ort.
Der da ist, wo man mich fliegen lässt.
*

So träum ich dennoch frei zu sein,
denn Träumen tut nicht weh.
Nur im Traum bin ich zum Flug bereit,
wenn ich alles von oben seh.
*

Doch was nützt mir die viele Träumerei?
Niemals könnt ich fliegen.
Ich bleib auf der Erde und dabei
versuch ich krampfhaft,
meine Flugangst zu besiegen.

Regina Krüger

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

51

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

GEDICHTE UND TEXTE - GESCHRIEBEN VON TRAUERNDEN FÜR TRAUERNDE

Unser Haus

Still ist es hier, alle sind raus.
Ich bin ganz allein in unserem Haus.
Traurig gehe ich von Raum zu Raum,
vor Sehnsucht auszuhalten ist es kaum.
Vor wenigen Jahren war noch Leben hier drin,
denke viel darüber nach, wenn ich alleine bin.
Früh am Morgen der übliche Trott,
wir machten uns für die Schule und Arbeit flott.
Frühstück nur kurz und halb im Stehen,
dann mussten wir in verschiedene
Richtungen gehen.
Am Nachmittag kamen wir
zu verschiedenene Zeiten heim,
niemand brauchte alleine sein.
Jeder hatte zu erzählen von erlebten Dingen,
redeten darüber,
dazu musste uns niemand zwingen.
Aus jedem Zimmer kamen am Abend
andere Klänge,
viel Platz war nicht da, aber wir liebten die Enge.
Die Kinder fühlten sich wohl in ihren Stuben,
wo sie auch gelegentlich Freunde einluden.
Was gäbe ich heute für die kleinen Streitigkeiten,
die es gibt, wenn sich die Kinder
auch mal entzweiten.
Was gäbe ich drum, die Uhr zurück zu drehen,
was gäbe ich darum, »beide« Kinder zu sehen.
Mir ist nur noch unsere Tochter geblieben,
unser Sohn kann ich nur noch im Herzen lieben.
Unser lieber Junge lebt nicht mehr hier.
Nur unser Mädel ist noch gelegentlich bei mir.
Sie geht ihren eigene Weg,
ist erwachsenen geworden.
Konnte sich Wohnung und Job besorgen.
Mein Mann und ich leben nun allein
in unserem Haus.
Was soll einst daraus werden, was wird daraus?
Wenn wir eines Tages nicht mehr sind.
Wird dann in ihm weiter leben unser Kind?
Susi wird sich entscheiden, wird das Richtige tun,
eines Tages, wenn wir auf dem Friedhof ruhen.
Ich wünsche mir,
dass wieder Leben kommt in unser Haus.
Wünsche mir,
dass wieder Lachen schallt aus ihm heraus.

Regina Krüger

Gazellenglanz & Hibiskusträume

Stärke war nie meine Stärke
So war ich beizeiten versucht,
Schwächlich sein zu dürfen.

*

Sinnlos siechend sinnierte ich vor mich hin
Quallengleich brannte ich Bilder
In meinen Verstand
Doch erlernte Abwehr ist stark
(Im Gegensatz zu mir).

*

Stark muss man sein, um
In Jedermannns Bett schlafen zu können
Ich war schwach und blieb wach
Bis Müdigkeit mich stark machte.

*

Ich schlief.

*

In Träumen passieren ulkige Dinge
Konstantinopel verbrennt
Und der Rauch macht Ringe.

*

Vögel fliegen durch mich durch
Und nehmen etwas mit.

*

Ich weiß nicht was
Das wird es sein.

*

Der Vogel jetzt allein
Fliegt zum Mond.

*

Und ich wache auf.

*

Letztlich endet Gazellenglanz
Eben doch in
Hibiskusträumen.

*geschrieben 2001 von Thomas Forster,
gestorben am Karfreitag 2007*



Fünf Jahre

Fünf Jahre sind vorbei –
fünf Jahre des Leids und der Trauer,
der Sehnsucht und der Wehmut!

*

Soll es jetzt etwa weniger weh tun?
Weil »so viel« Zeit verstrichen ist?
Weil ich schon zu lange ohne mein Kind lebe?
Weil ich jetzt auch wieder lebe
und mich freuen kann?

*

So einfach ist das nicht!
Im Gegenteil!

Jetzt fällt es so schwer,
weil andere mein Kind und seinen Tod
aus ihrem Gedächtnis gelöscht haben.
Für andere ist das Leben wieder so, wie es war.

Andere können nichts mehr
mit meiner Trauer anfangen,
sie verstehen mich jetzt noch weniger
als am Anfang.

*

So ist mein Leben jetzt
mehr denn je eine Maske,
die ich für die anderen trage.
Ich soll nicht mehr auffallen
durch meine Niedergeschlagenheit,
das gefällt ihnen nicht.

Sie wollen mich aufheitern
und fragen nach der Ursache.

Ich spreche nicht mehr »darüber«.
Nicht mit den anderen,

deren Leben so normal weiterläuft wie eh und je.

Für die mein Sohn nicht mehr existiert,
nicht einmal mehr in ihren Gedanken.

*

Für sie ist er tot.
Für mich lebt er weiter,
bestätigt dies durch seine Zeichen
und seine Anwesenheit.
Er ist nicht tot,
sie sind es!

Renate Maier, Oktober 2009

Vergesst sie nicht

Das letzte Blatt segelt im Wind.

Kalt ist es geworden.

Die Menschen laufen im Trubel geschwind.
Fangen an, Weihnachtsgeschenke zu besorgen.

*

Nun beginnt sie, die dunkle Jahreszeit.

Alle rücken zusammen, halten sich warm.

Doch nicht jeder ist für diese Jahreszeit bereit.

Nicht jeder hält einen Partner im Arm.

*

Das sind die Menschen, die sind allein.

Das sind die einsamen Seelen.

Das sind die, die trauern bei Kerzenschein.

Das sind sie, die nicht jeder kann verstehen.

*

Schnell ist sie da, die Zeit im Advent.

Alles macht sich zum Fest bereit.

Hat Sehnsucht nach Stimmung,
die man aus Kindertagen kennt.

Sehnsucht nach einer friedvollen Zeit.

*

Doch wer sehnt sich schon nach denen,
die da sind allein?

Wer kennt die Gesichter
hinter verdunkelten Scheiben?

Auch das sind Menschen,
die einst feierten zu zweien.

Doch nun will niemand mehr bei ihnen sein.

*

Nur wenige können deren Kummer verstehen.
Den Kummer, welcher ihr Leben bestimmt.

Kaum einer da,
der will mit ihnen die alten Bilder ansehen.
Kaum einer da, der sich Zeit für sie nimmt.

*

Drum denk ich,
wenn man nimmt sich für jene etwas Zeit.
Zeit, sich anzuhören die alten Geschichten.

Wenn man hierfür ist gern bereit,
dann können wir auch im Alter
von unserem Leben berichten.

Regina Krüger

RUNDBRIEF
14
OKTOBER 2010

53

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

GEDICHTE UND TEXTE – GESCHRIEBEN VON TRAUERNDEN FÜR TRAUERNDEN

Wir würden es sehr begrüßen, wenn Sie durch Ihre Mitgliedschaft
Ihre Zugehörigkeit zum bundesweiten Netzwerk
der »Verwaisten Eltern« dokumentieren.

Von der Traurigkeit

Da ist sie wieder – diese Traurigkeit!
Kriecht den Rücken hoch
und setzt sich im Nacken fest.
Ich hatte mich mit ihr arrangiert –
sie war in mir und ich konnte doch
leben, lachen, hoffen.
Doch jetzt schlägt sie erbarmungslos zu.
Macht sich in mir breit
und legt sich wie ein großer dunkler Schatten
über meine Seele.
Ist es schon wieder so weit?
Der nächste Jahrestag –
das nächste Weihnachtsfest!
Ich nehme die Vorbereitungen wahr
und möchte sie am liebsten verbannen,
in ein anderes Land, weit weg!
Was wundert es da,
dass sie wieder stark und mächtig wird,
diese Traurigkeit?
Dass sie meine Gedanken trübt,
meine Stimmung drückt
und meinen Antrieb bremst.
Ich muss sie zulassen,
egal, mit welcher Wucht sie mich trifft.
Sie gehört zu mir.
Seit deinem Tod.
Mein Leben ohne sie – undenkbar!
Sie ist auch dein Vermächtnis – diese Traurigkeit!

Renate Maier, 20. November 2009



Foto: privat

Engelhaft

Es gibt Engel,
die mitten unter uns leben.
Ihre Flügel verbergen sie geschickt
unter dem Mantel der Liebe.
Nur ein paar winzig kleine Federn,
die verwaist am Boden schweben
hinterlassen den Anflug
himmlischer Gefühle.

© Ute Leser



Foto: Katrin Hartig

hauchdünn

zerbrechlich, wie aus hauchdünnem porzellan
filigrane empfindsamkeit im märz
nicht stumpf, nicht dumpf, sondern hellwach
um so größer der schmerz
und jede menge tränen
als könnte der kleinste tropfen
die erde beben lassen
zeitlupengefühl fernab der welt da draußen
auch das ist märz
gestörte wahrnehmung, nein,
nur empfindsamer denn je
als stehe die welt mal wieder still
für diese zeit, für den moment
für diesen tag,
an dem dein leben starb und strudelförmig
auch unser altes leben unterging
kämpfend, verzweifelnd, trotzend,
hin und her gerissen
zwischen deinem und unserem himmel
halt suchend, findend,
auch uns selbst
fühlend, begreifend, mehr denn je,
wer wir sind, und warum wir blieben
und nicht in deinen himmel folgten
auch ohne dich
wir sind verletzbarer und dabei sternenklar.

*katrin hartig,
geschrieben am 8. Todestag meines Sohnes*

Immer

[...]
Immer
Dort wo Kinder sterben
Werden Stein und Stern
und so viele Träume
Heimatlos

Nelly Sachs, Immer

Schmerz

An unseren Andi!

Schon wieder ein Tag ohne dich, unser Kind,
ihr Tage und Jahre vergeht bitte schnell,
geschwind.

Wir möchten bald wieder bei dir sein,
ohne dich fühlen wir uns so schrecklich allein.

Deine Erdenreise bei uns
war zu schnell schon zu Ende,
du gingst wieder zurück in Gottes Hände.

Für uns warst du ein Geschenk vom lieben Gott,
warum nahm er dich so schnell wieder fort?

Alles löst sich immer wieder in Tränen auf,
wir möchten zu dir in den Himmel hinauf.

Als du gingst, hat es uns zwerrissen das Herz
unendlich groß war unser Schmerz.

Du lieber, kleiner Lausbub,
es war doch so schön mit dir,
warum musstest du gehen
und wir sind noch hier?

Wohin mit der Liebe für dich, unser Kind,
wohin mit den Gedanken, die so traurig sind?

Du bist fern und doch so nah,
in unseren Gedanken bist du immer das.

Du warst unsere Zukunft,
unser Leben, unser Schatz,
in unserer Erinnerungen, in unserem Herzen
hast du immer den größten Platz.

Unsere Liebe zu dir ist so groß wie die Welt.
Spürst du sie am fernen Himmelszelt?

Wir waren und sind immer so stolz auf dich,
alle, die dich lieben, vor allem der Papa,
die Manu und ich.

Jeder von uns teilte ein Hobby mit dir,
mit Papa den Fußball, das Lesen
und die Pflanzen mit mir.

Mit Manu reitest du mit Star Wars
zu den Sternen,

jetzt bist du selber in den weiten Fernen.

Du warst ein Kämpfer und liebstest das Leben
und hast uns zum Lachen gebracht,
ja so warst du eben.

Unser Haus ist so furchtbar still ohne dich,
wir haben so große Sehnsucht nach dir:
Der Papa, die Manu und ich.

Mit liebendem Herzem deine Mama
Hildegard Pelz

Nichts mehr

Andi, unser Sternenkind
der Tod holte dich einfach weg geschwind.

Er ist einfach in unseren Garten gekommen
und hat dich leise von uns genommen.

Als wir dich gefunden haben,
war dein Seelchen schon auf dem Weg zu Gott,
unser Herz ist gebrochen
und leidet schwere Not.

Es gibt nicht Schlimmeres im Leben
ohne gefragt zu werden
sein Kind an das Jenseits abzugeben.

So vieles bei uns wartet auf dich,
vor allem der Papa, die Manu und ich.

Im Garten unser Trampolin,
es dämmert so leise vor sich hin.

Dein Roller steht verlassen vor dem Haus,
deine Fußballtasche –
keiner packt sie mehr aus.

Dein Schulranzen steht so alleine,
als ob er mit mir meine Tränen weine.

Dein Zimmer, es ist noch so, wie es war,
das wird auch so bleiben noch manches Jahr.

Dein Fußballwecker – er läutet nie mehr,
als wir ihn dir geschenkt,
freutest du dich doch so sehr.

Und Puschel, dein geliebter Bär,
den sehen wir auch niemals mehr.
Er liegt jetzt im Grab bei dir,
begleitet dich auf deiner letzten Reise hier.

Nichts, nichts ist mehr so, wie es war,
so wird das jetzt sein, Jahr für Jahr.

In aller Liebe und Sehnsucht:
Mama, Papa und Manu

Hildegard Pelz

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010
14

55

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

GEDICHTE UND TEXTE - GESENRIEBEN VON TRAUERNDEN FÜR TRAUERNDEN

So weit vor deiner Zeit • Lieder für die verwaisten Eltern

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

56

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID?«

GEDICHTE UND TEXTE - GESENKTEN VON TRAUERNDEN FÜR TRAUERNDEN

So weit vor deiner Zeit

Lied für die verwaisten Eltern

Worte und Weise: Karin Grabenhorst

1. Ge - gan - gen, ge - gan - gen so weit vor dei - ner Zeit, vor -
 2. Wa - rum, sag' wa - rum hat der Tod uns zwei ge - trennt, "Wa -
 3. Wo bist du, wo bist du, ein Stern am Him-mels - zelt, der

aus bist du ge - gan - gen in die E - wig - keit.
 rum?", die - se Fra - ge in mei - nem Herzen brennt.
 mei - nen Traum be - glei - tet, mei - ne Tränen zählt?

Ge - bor - gen, ge - bor - gen, vom Schmerz der Welt be - freit, ge -
 wa - rum noch wei - ter le - ben, ich möch - te zu dir geh'n,
 Wo bist du, wo bist du, bist du in Sei - nem Reich? Ein

bor - gen in den Ar - men der sanf - ten Dun - kel - heit.
 doch bleibst du nur le - ben - dig, wenn ich am Le - ben bin.
 En - gel, der mein Le - ben lenkt und um mich ist zu - gleich.

Refrain

Fort bist du, du bist da wo wir al - le ein - mal sind, ein

Teil von mir ist bei dir, so - lang' ich at - me lebst du in

mir mein Kind. 2. meine Schwester, mein Bruder
 3. meine Schwester, mein Bruder,
 mein Enkelkind, mein Freund

Hilfreiche und interessante Texte für die Trauerarbeit

Die sanfte Seele

Die sanfte Seele ging dereinst auf einer Blumenwiese Blumen betrachten, Blumen riechen, und sie fand eine, die schön war, aber nicht roch.

Da war die sanfte Seele betrübt und grub die Blume aus, mitsamt den Wurzeln, und trug sie nach Hause. Gab ihr den schönsten Platz am Fenster und pflegte sie gut, gab ihr alles, was sie brauchen oder wünschen konnte und sprach mit ruhigen Worten, und sprach darüber, wie es ist, zu riechen und gerochen zu werden. Sprach von den schönen Düften, von den Frauen, die begehrten wurden, nur weil sie gut rochen, und wie sich dieser Duft veränderte, wenn sie selbst begehrten. Von Hunden, die an allem rochen, und einem Geruch hunderte Kilometer nachlaufen konnten. Davon, wie ein einzelner Duft Erinnerungen an früheste Kindheit wieder hervor holen konnte.

Die sanfte Seele investierte viel Zeit in die Blume, und verlor Freunde, weil sie keine Zeit mehr hatte, die Freundschaft zu pflegen. Sie parfümierte sich stark, um der Blume vorzumachen, wie es war, wenn man roch. Doch die Blume roch nicht. Da begann die sanfte Seele, alle Gerüche aus dem Zimmer zu verbannen, um sofort zu riechen, wenn ein Duft auftauchte. Sie duschte sich vier Mal am Tag, um auch selbst nicht zu riechen, und schmiss die

alten Holzmöbel auf den Müll, die diesen herrlichen ganz eigenen Duft hatten. Und die Schreibmaschine wegen ihres Farbbandes und die Kaffeemaschine sowieso. Bett und Teppich, Gewürze und Bücher, nichts durfte dort bleiben. Sie schlief auf dem nackten Boden, und Nachts wachte sie auf, mit Schweiß auf der Stirn, und ging sich waschen. Fremde durften nicht mehr kommen, und lüften wollte sie auch nicht mehr, die Luft hatte so einen eigenen Duft. Alles hatte einen Duft, nur die Blume nicht, sie roch nach nichts. Und als es die sanfte Seele leid war, zu warten, holte sie eine Flasche Rosenwasser und sprühte die Blume an. Dann setzte sie sich daneben und genoss es, an ihr zu riechen. Nach ein paar Tagen war der Duft vergangen, und die sanfte Seele besprühete sie wieder. Doch die Blume vertrug den Duft nicht, und nach und nach verlor sie ihre Blätter und ging ein. Und als sie schon schwarz war, bemerkte die sanfte Seele, dass sie einen Geruch verströmte, nach Tod und Verwesung. Sie nahm die tote Blume und warf sie auf den herrlich duftenden Kompost. Dann ging sie in die Welt hinaus und entdeckte viele neue Düfte.

geschrieben 2001 von Thomas Forster,
gestorben am Karfreitag 2007

14

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

57

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

HILFREICHE UND INTERESSANTE TEXTE FÜR DIE TRAUERARBEIT

»Fröhliche Weihnachten, ihr Räuber«

Vom Clown und dem kranken Jungen • Eine wunderschön traurige Geschichte über Fabian und den Profi-Clown.

Ich bin Clown. Ich bringe Menschen zum Lachen, Jung und Alt, wie es so schön heißt. Ich bin Profi. Ich bringe einfach jeden zum Lachen. Das ist mein Job, dafür werde ich gut bezahlt. Mit meiner Frau Katja habe ich oft darüber gesprochen, immer habe ich gesagt, ich kann und will das nicht – und irgendwann war das Thema dann auch durch. Aber in dem Jahr, am ersten Advent, hat sie mich doch überredet.

Als Profi begeistere ich sechs Abende die Woche Erwachsene. Als Teil einer Dinner-Event-Show bin ich irgendwo zwischen Hauptgericht und Trapeznummer an der Reihe. Etwas Slapstick, Akrobatik und Zauberei – zwanzig Minuten volle Konzentration, harte Arbeit. Es ist mein Job, wie schon gesagt, dafür werde ich bezahlt, gut bezahlt. Spaß macht er mir nicht. Nicht mehr.

Angefangen habe ich als Clown in einem kleinen Wanderzirkus. Immer einen Blick in Dutzende strahlende Kindergesichter. Ich war glücklich und erfüllt, jeder Auftritt war ein Geschenk für die Mädchen und Jungs – und für mich. Auch privat, denn irgendwann eines Tages kam Katja nach einer Vorstellung auf mich zu, noch schmunzelnd und glücksend. Sie hatte immer noch Bauchschmerzen vom Lachen und fragte, ob ich nicht bei der Weihnachtsfeier in ihrer Grundschule auftreten könne. Sie war mit ihrer zweiten Klasse in unserem Zirkus gewesen. Die Weihnachtsfeier war toll, unsere Hochzeit ein Traum, nur dem Zirkus ging leider bald das Geld aus.

»Bitte!«, sagte Katja, genau in dem Ton und mit dem Blick, bei dem ich nicht Nein sagen kann. »Weißt du noch, damals im Zirkus?« Katja hat

mittlerweile wohl den schwersten Job, den man haben kann. Sie arbeitet in einem Kinderhospiz. Jeden Tag. Ich weiß nicht, wie sie das aushält. Vielleicht hält sie es ja auch gar nicht aus, wir reden selten darüber. Eigentlich gar nicht. Obwohl wir schon seit fünf Jahren verheiratet sind. »Fabian ist sieben und seit zwei Monaten bei uns, und ich habe nicht einmal einen Hauch von einem Lächeln gesehen, nicht mal ansatzweise. Ich habe schon alles probiert. Bitte!«

Katja hatte mich früher oft gebeten, fast schon gedrängt, ich solle so etwas wie »Clown im Krankenhaus« machen, aber ich habe mich immer gesperrt. Ich war in ganz großer Kostümierung. Große Schuhe, buntes Clowns kostüm, meine uraltene Struwwelpeterücke und natürlich die rote Nase. Gegeben habe ich mein »Best of the Best« aus Zirkuszeiten, habe grimassiert und gezaubert. Fabian schaute mir mit großen Augen zu. Er fand vielleicht das ein oder andere, wie soll ich sagen, nicht in dem Sinne lustig, aber zumindest war da eine kleine Freude, die ich gesehen zu haben meine. Seine Augen wirkten nicht mehr so leer wie in dem Moment, als ich in das Zimmer kam. Nur verzaubern konnte ich ihn nicht, kein Lächeln auf seinem kleinen Gesicht.

Ich setzte mich auf Fabians Bettkante, verärgert über Katja, über mich, nahm meine Perücke ab und auch meine rote Nase. Da mein Gesicht so doll geschminkt und ich auch ganz schön ins Schwitzen gekommen war, fielen Fabian meine Tränen nicht auf, die mir über die Wangen liefen und die ich verstohlen wegwischte. Auch das bilde ich mir zumindest ein.

Es war bald Weihnachten, die zweite Kerze auf dem Kranz brannte an dem heutigen Adventsabend. »Was wünschst du dir denn dieses Jahr vom Weihnachtsmann, Fabian?«, fragte ich, um wenigstens irgendetwas Aufmunterndes sagen zu können. »Nichts ...«, sagte er nur ganz leise. »Nichts?«, fragte ich, fast ebenso leise – und über-

rascht. »Jeder Junge wünscht sich was zu Weihnachten!« »Katja hat zu Mama und Papa gesagt ...« – »Du blöde, dumme Kuh ...« (ich ahnte, was Fabian sagen würde) – »... dass ich zu Weihnachten ...« – »... wie bescheuert bist du eigentlich?« – »... nicht mehr da sein werde.« – dachte ich voller Zorn auf Katja. Wahrscheinlich hatte sie gedacht, dass Fabian schläft und nichts hört.

Fabian wirkte dabei völlig gefasst. Es war der zweite Advent, keine drei Wochen bis zum Heiligen Abend. Mir ging es jetzt noch schlechter. Ich senkte den Kopf. Fabian half mir. »Eine kleine schwarze Katze.«

»Weißt du, was Weihnachten geschehen ist?«, fragte ich. »Das Christuskind ist geboren«, sagte Fabian ohne zu zögern. »Und weißt du, wer das Christuskind ist?« »Gottes Sohn?!?!« Es war etwas Fragendes in dieser Antwort. »Ja, richtig«, sagte ich. »Und weißt du was? – Gott hört uns jetzt gerade zu und ich bin sicher, dass er alles tun wird, was er kann, damit du deine kleine schwarze Katze zu Weihnachten bekommst, das verspreche ich dir.«

Ich weinte. Fabian lächelte. Heute ist der zweite Advent. Es ist jetzt fünf Jahre her. Fabian starb am 20. Dezember, vier Tage vor Heiligabend. Ich sah es sofort in Katjas Augen, als ich an dem Abend nach der Show zur Tür herein kam. Unsere Umarmung schien endlos zu dauern. Ich denke oft an Fabian. Immer am zweiten Advent, immer am 20. Dezember. Manchmal auch ganz plötzlich, wenn ich zum Beispiel einen kleinen Jungen sehe, der Fabian ähnelt.

Und immer, immer, wenn ich eine kleine schwarze Katze sehe, spielend auf der Straße, auf der Pirsch in einem Garten oder ruhend auf einer Fensterbank, schaue ich in den Himmel und sage ganz leise, aber noch laut genug, damit die zwei es in ihrem selbstvergessenen Spiel da oben hören können: »Fröhliche Weihnachten ihr Räuber!«

Martin Kähler, www.therace-online.de

Immer wieder den »Selbstmord« ...

sich aufzulehnen, gilt es. Mit diesem provokativen Einstieg möchte ich alle Betroffenen sensibilisieren, gegen den Gebrauch dieses falschen und diskriminierenden Begriffs auf die Barrikaden zu gehen. Ich habe lernen müssen, wie schwer Angehörige (Ehepartner, Eltern, Geschwister, Kinder, Großeltern) darunter leiden, hinter vorgehalte-

ner Hand flüstern zu hören, sie seien eben jetzt die oder der jenes »Selbstmörders«. Damit wird das an sich schon unermessliche Leid noch einmal gesteigert, werden Hinterbliebene doch der gestalt zu Angehörigen eines Menschen gestempelt, der einen »Mord« begangen hat. Und ein Mord ist die nach allgemeinem Rechtsempfinden nie-

derträchtigste Straftat. Ja, Mord ist das skrupellose, hinterlistige, verwerfliche Töten eines anderen Menschen zum eigenen Nutzen im Hier und Jetzt. So sieht es auch unser Strafgesetzbuch (Art. 115). Aber kann sich jemand hinterlistig zum eigenen Nutzen im Hier und Jetzt selbst töten? Der Widerspruch liegt auf der Hand. Und trotzdem werden die Medien nicht müde, Herrn und Frau Jedermann mit diesem unsinnigen und (ab)wertenden Begriff zu bombardieren. Infolgedessen verbergen sich Hinterbliebene lieber, als durch ein mutiges »coming out« solche Medientäter herauszufordern und an den Pranger zu stellen. Und das wiederum trägt dazu bei, dass die Selbsttötung nach wie vor ein großes Tabu ist. So kommt es nicht von ungefähr, dass Hinterbliebene eines geliebten Nächsten, der sich das Leben genommen hat, keine »Lobby« haben. Denn wenn einem in seinem Familien- oder im Freundeskreis (zum Glück) nicht selbst so eine Tragödie zugesessen ist, möchte man/frau doch in der Regel lieber nicht zu viel »mit solchen Leuten« zu tun haben. (Wie wenn das ansteckend sein könnte ...)

Viel besser ist doch da vergleichsweise der Wolf dran. Dass er Schafe reißt, liegt eben in seiner Natur. Und deshalb sind die Menschen (es sei denn man/frau sei selber Schafzüchter) gerne bereit, Petitionen zur Wiederansiedelung und zum Schutz des Wolfes zu unterzeichnen. So kamen in der Schweiz im Zeitraum von zwei Monaten 70.000 Unterschriften zum »Schutz des Wolfes« zustande, währenddem im gleichen Jahr und im gleichen Zeitraum für »wirksame Suizidverhütung« nur gerade 1.062 Unterschriften zusammengetragen werden konnten.

Ja, Suizidverhütung hat, im Gegensatz zum Wolf, eben keine Lobby. Darüber zu jammern ist müßig. Es ist an uns allen, unsere Mitmenschen für unser Anliegen zu sensibilisieren. Es ist an jeder und jedem einzelnen von uns allen, sich zu engagieren. Kein Zeitungsartikel, keine Radio- oder Fernsehsendung darf hingenommen werden, wenn darin unbedacht von »Selbstmord« geschrieben oder gesprochen wird. Die Redaktionen sind mit unseren Einwänden zu bombardieren. Refugium, Nebelmeer und Regenbogen müssen um Menschen werben, die sich für unser Anliegen engagieren, so wie der WWF, Greenpeace und Tierschuvevereine sich für den Wolf einsetzten. Nur zusammen sind wir stark. Nur wenn jede und jeder bei jeder Gelegenheit Einspruch erhebt,

kann unserem Anliegen, nämlich dem Nichtgebrauch des falschen und diskriminierenden Ausdruckes »Selbstmord«, zum Durchbruch verholfen werden.

So waren es beispielsweise auch zuerst vereinzelte Schwarze in den USA, die sich gegen den diskriminierenden Begriff »Neger« zur Wehr setzten. Aber schon bald gehörte es zur »politischen Korrektheit« nur noch von »Farbigen« oder »Schwarzen« zu sprechen oder zu schreiben. Was diesen Mitmenschen gelang, sollte uns für unser Anliegen auch möglich sein.

Ich höre Einwände. Zum Beispiel, was die so genannten »Selbstmordanschläge« betrifft. Es stimmt: Wenn jemand andere Mitmenschen hinterlistig mit in den Tod reisst, ist das Mord. Aber selbst für die Täter handelt es sich dabei nicht um »Selbstmord«, kann man/frau sich ja – wie gesagt – nicht selbst ermorden. Also gilt es auch bei solchen Anschlägen, von »Suizid-Attentaten« oder von »Selbsttötungsanschlägen« zu reden oder zu schreiben. Die Attentäter jedenfalls sehen ihre Tat in der Regel als heroisch an und zählen darauf, im Himmel dafür ihren Lohn zu bekommen ...

Deshalb nochmals mein ausdrücklicher Aufruf: Interveniert ab sofort auf jeden Gebrauch des unzutreffenden und Ruf schädigenden Begriffs »Selbstmord«.

Bedenkt – im Gedenken an Eure durch Suizid verstorbenen Lieben – immer das wunderbare Gedicht von Christa Peikert-Flaspöther:

Selbstmord?
Selbst angetan
weil sich das Selbst verlor
in unendlichen Traurigkeiten
die Flügel brachen
der Weg zog sich von den Füßen zurück
das Licht verließ die Augen
das Brot entfloß den Händen
die lieben Laute verstummt
die freundlichen Menschen lösten sich auf
es blieb nichts
als das Nichts
Mord ausgeschlossen

Ebo Aebischer-Crettol

Dieser Artikel von Ebo Aebischer kann bei Vreni Lehner, Im Acker 7, 8917 Oberlunkhofen, Telefon 056 634 19 59, v.lehner@bluewin.ch auf Anfrage als Separatdruck oder als Datei per E-Mail angefordert werden.

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

59

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!?

HILFREICHE UND INTERESSANTE TEXTE FÜR DIE TRAUERARBEIT

Trauer - Trauma - Beziehung

Vortrag auf der 14. Jahrestagung im Netzwerk Verwaister Eltern am 26. März 2010 in Bremen.

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

60

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

HILFREICHE UND INTERESSANTE TEXTE FÜR DIE TRAUERARBEIT

Aufhebung

Sein Unglück
Ausatmen können
Tief ausatmen
So dass man wieder
Einatmen kann
Und vielleicht auch sein Unglück
Sagen können
In Worten
In wirklichen Worten
Die zusammenhängen
Und Sinn haben
Und die man selbst noch
Verstehen kann
Und die vielleicht sogar
Irgendwer sonst versteht
Oder verstehen könnte
Und weinen können
Das wäre schon
Fast wieder
Glück.
(Erich Fried)

Vorbemerkung

Alle psychologischen Erklärungsmodelle, wie traumatische Erlebnisse, Trauerprozesse und Heilung funktionieren, sind Konzepte und Modelle, die uns helfen, uns darüber zu verständigen. Sie sind nicht die Wirklichkeit. Jeder Mensch, jede Erfahrung ist einzigartig und individuell und weitaus komplexer als jedes Modell.

Definition Trauma

Ein Trauma wird definiert als ein

- Überwältigendes Ereignis
- mit Überflutung durch extrem belastende Gefühle, Gedanken, Schmerzen,
- wogegen gleichzeitig weder Flucht noch Kampf
- und wodurch die Erfahrung von Kontrollverlust, extremer Hilflosigkeit, Sinnverlust und das Gefühl »nichts ist mehr wie vorher« entstehen.

In einer traumatischen Erfahrung brechen die bisherigen Bewältigungsmöglichkeiten zusammen.

Die Grenzen dessen, was verarbeitet werden kann, werden durch das traumatische Erlebnis überschritten. Jeder schwere Verlust/Todesfall ist auch ein Trauma, aber nicht alle traumatischen Reaktionen führen zu chronischen Langzeitfolgen.

In den ersten vier Wochen nach einem Trauma ist es völlig normal, dass die betroffene Person starke Belastungssymptome hat: manche schlafen fast gar nicht mehr oder sehr viel, manche reden gar nicht oder ununterbrochen, manche erstarren oder sind ständig in Bewegung, manche weinen viel oder sind gefühlsmäßig wie betäubt, manche wollen nicht mehr leben oder lenken sich ständig ab ... In diesen ersten Wochen benötigen Betroffene vor allem eine haltgebende Umgebung mit verständnisvollen Menschen, in der all diese Reaktionen sein dürfen. Gespräche mit TrauerbegleiterInnen oder erfahrenen PsychotherapeutInnen können hilfreich sein.

Wenn die oben genannten Anzeichen für starke seelische Belastung nach ca. vier Wochen unverändert oder verstärkt andauern, entwickelt sich möglicherweise eine sogenannte »Posttraumatische Belastungsstörung« - das heißt, es kommt zu Langzeitfolgen, die chronisch werden können.

Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)

Die Symptome der PTBS werden in drei Gruppen unterteilt:

1. Erinnerungssymptome:

unkontrollierbares Wiedererleben der traumatischen Erfahrung als Gedanken, innere Bilder, Albträume, z.B. vom Auffinden der verstorbenen Person, von der Todesnachricht, den eigenen Vorstellungen über den Tod des Kindes/Geschwisters ... Solche überflutenden Bilder oder Gedanken brechen plötzlich auf, ausgelöst durch irgendwelche Auslöser (z.B. Geräusche, Gerüche ...) und führen zu belastenden und nicht steuerbaren Gefühlszuständen wie Zittern, Weinen, Wut, Erstarren, Verzweiflung u.a. Es fällt schwer, aus diesen Erinnerungen wieder in die Gegenwart zurück zu kommen.

2. Vermeidungssymptome:

Vermeiden dessen, was an den traumatischen Verlust des Kindes/Geschwisters erinnern könnte, z.B. Vermeiden von bestimmten Orten, Personen, Gegenständen, Situationen oder Gesprächen über Themen wie Tod und Sterben.

Manchmal kommt es zu dem Empfinden, den Todesfall nicht wahrhaben zu können, als Schutz vor dem überwältigenden Schmerz. Oder es stellen sich Ängste ein, z.B. in der Nähe des Krankenhauses, des Friedhofes oder anderer Situationen.

3. Übererregungssymptome:

Der Körper ist weiter extrem angespannt und bleibt auf einem Stressniveau, wie eine Alarmanlage, die sich nicht mehr ausschalten lässt. Daraus folgen Schlafstörungen, fehlende Entspannung, Reizbarkeit, körperliche Verspannungen/Schmerzzustände, Konzentrationsstörungen/eingeschränkte Arbeitsfähigkeit, übermäßige Wachheit und andere Stress-Symptome.

Die beschriebenen Symptome gehen oft noch einher mit weiteren Anzeichen seelischen Leidens wie Depressionen, Ängste, Zwänge, Suchterkrankungen, psychosomatische Reaktionen u.a.

Beim Auftreten dieser vielfältigen Traumafolgen ist es für die Betroffenen wünschenswert, passende und angemessene Unterstützung zu finden, damit die Symptome sich nicht weiter chronifizieren. Hierfür können psychotherapeutische Hilfe, insbesondere Traumatherapie, aber auch Gruppen mit ähnlich Betroffenen sinnvoll sein. Je früher professionelle Hilfe in Anspruch genommen wird, umso günstiger ist es.

Phasen der »Heilung«

nach traumatischen Erfahrungen

Verlusterfahrungen können nicht vollständig heilen, so dass sie nicht mehr schmerzen. Trauer wird bleiben, aber die betroffenen Menschen können mit Unterstützung lernen, mit ihrer Trauer so umzugehen, dass dadurch nicht das eigene Weiterleben blockiert wird.

Man spricht in der Traumatherapie von drei wesentlichen Phasen zur Verarbeitung von traumatischen Erlebnissen.

1. Stabilisierungsphase:

In dieser Phase der Therapie wird am Aufbau von innerer und äußerer Stabilität gearbeitet.

Dazu gehören:

- stützende äußere Bedingungen im Alltag
- Lernen, überschwemmende Gefühle, Bilder, Gedanken zu stoppen

- Aufbau von Fähigkeiten zur Selbststärkung und Beruhigung
- Erlaubnis zur Distanzierung von Schmerz und Trauer (»Es darf mir auch mal gut gehen«)
- Kraftquellen finden und nutzen (z.B. Natur, Spiritualität, Beziehungen...)
- Innere Klärung der Beziehung zur verstorbenen Person

2. Traumabearbeitung:

In dieser Phase der Therapie widmet man sich den konkreten belastenden Erinnerungen an den Tod des Kindes. Damit dies hilft und nicht zu einer erneuten Belastung wird, braucht es unbedingt die zuvor geförderte Stabilität (sh. 1. Phase). Es gibt traumatherapeutische Methoden, die eine gezielte und schonende Bearbeitung der schmerzhaften Erfahrungen ermöglichen. Ziel ist, dass die Erinnerungen und Gefühle hinterher nicht mehr unkontrolliert aufbrechen. Die Therapeutin/der Therapeut ist eine wichtige Zeugin/Zeuge der schmerzhaften Verlusterfahrung und begleitet durch den Prozess der Traumabearbeitung hindurch.

3. Integration der traumatischen Erfahrung in die Lebensgeschichte

Nach gelungener Traumabearbeitung bleibt die eigentliche Trauerarbeit zu tun. Denn erst, wenn der Verlust akzeptiert werden kann, ist heilsames Trauern möglich. Zugleich geht es um Neuorientierung im eigenen Leben und darum, mit dem Verlust leben zu lernen. Gera-de hierbei sind Selbsthilfegruppen sehr wertvoll.

Jeder Weg der Verarbeitung des Verlustes einer geliebten Person ist individuell und unterschiedlich. Es gibt keine richtige oder falsche Trauer. Jede und jeder hat ihr/sein eigenes Tempo. Es ist allen Trauernden zu wünschen, dass sie sich nicht scheuen, Unterstützung in Anspruch zu nehmen, um so Schritt für Schritt zu heilen – in dem Sinne wie es das Gedicht am Anfang dieses Beitrages beschreibt.

Dipl.-Psych. Sabine Müller,
Praxis für Traumatherapie & Trauerbegleitung
Paschenburgstr. 69 · 28211 Bremen
Telefon 0421-960 6096 · TeleFax 0421-960 6097

RUNDBRIEF
14
OKTOBER 2010

61

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

HILFREICHE UND INTERESSANTE TEXTE FÜR DIE TRAUERARBEIT

Einsendeschluss für den nächsten Rundbrief ist der 31. Mai 2011.

Gesprächsrunde/Diskussion: »Organspende« • Ltg. Heiner Melching

Auf der Jahrestagung 2010 in Bremen wurde am Samstagnachmittag, dem 27. März 2010, eine Gesprächsrunde zum Thema »Organspende« angeboten. Ursprünglich war an eine Podiumsdiskussion mit mehreren Fachleuten gedacht, die sich zum Thema äußern sollten. Aus organisatorischen Gründen wurde daraus dann eine offene Gesprächsrunde mit Betroffenen und Interessierten. Dank der Gesprächsleitung von Heiner Melching (Geschäftsführer Deutsche Gesellschaft für Palliativmedizin e.V.) kam es zu einem intensiven Gedanken- und Informationsaustausch, der sich in einer großen Diskussionsrunde wohl so nicht entfaltet hätte.

Info:

Was bedeutet »Organspende«? Diese Frage sei hier kurz erläutert:

Organspende bezeichnet das zur Verfügung stellen von Organen zur Transplantation. Voraussetzung für eine Organspende ist die eindeutige Feststellung des Hirntodes. Der Hirntod des Organspenders muss gemäß dem Transplantationsgesetz von zwei dafür qualifizierten Ärzten unabhängig voneinander festgestellt werden. Sie dürfen weder an der Entnahme noch an der Übertragung der Organe des Organspenders beteiligt sein, noch der Weisung eines beteiligten Arztes unterstehen. Es ist aber auch eine Lebendspende möglich. Der Gesetzgeber hat mit dem Transplantationsgesetz den rechtlichen Rahmen für die Organspende nach dem Tode sowie für die Lebendspende geschaffen.

In Deutschland können Verstorbenen Organe zur Transplantation entnommen werden, wenn der Hirntod sicher nachgewiesen ist und eine Zustimmung vorliegt.

In Deutschland gilt die erweiterte Zustimmungslösung, das heißt man kann die Zustimmung zur Organspende zu Lebzeiten zum Beispiel in einem Organspendeausweis dokumentieren. Liegt bei einem Verstorbenen keine dokumentierte Entscheidung zur Organspende vor, so müssen die Angehörigen nach dem mutmaßlichen Willen des Verstorbenen entscheiden.

Es sollte bei dieser Gesprächsrunde ausdrücklich nicht um Pro oder Contra gehen: Dafür ist die Thematik zu komplex und individuell unterschiedlich.

Hier sollte es hauptsächlich um die Fragen gehen, wie sich Angehörige nach der Entscheidung für eine Organentnahme fühlen – und wie man überhaupt zu einer stimmigen, »guten« Entscheidung kommt, mit der man (weiter)leben kann.

Die Teilnehmer stellten sich zunächst kurz vor und erzählten über ihre Erlebnisse und Motivation, an dieser Runde teilzunehmen. Viele hatten sich zu diesem Thema noch gar keine Meinung gebildet, obwohl sie mitunter sogar einen Organspendeausweis besitzen.

Dabei ergab sich in etwa ein ausgeglichenes Verhältnis von Befürwortern wie Gegnern der Organspende.

Das Abwägen von Für und Wider macht es für die meisten Menschen schwierig, zu einer Entscheidung zu kommen: Entweder ist man noch nie damit konfrontiert worden bzw. kennt jemanden, der ein Spenderorgan bekam. Dann ist eine positive Grundhaltung vorhanden. Oder es gab negative Erfahrungen, die man für sich und seine nächsten Angehörigen nicht (mehr) wünscht. Dies ist meist der Fall, wenn im Vorfeld nicht oder unzureichend aufgeklärt wurde bzw. wenn Angehörige sich im persönlichen Umgang übergangen, desinformiert und ignoriert fühlen.

Hier kam dann die Deutsche Stiftung Organtransplantation (DSO)¹ ins Spiel, die getreu ihrem Motto: »Wir schaffen Vertrauen durch Transparenz sowie im Dialog mit der Öffentlichkeit« bei den o.g. Problemen Abhilfe schaffen sollte.

Stellvertretend anwesend für die DSO war Frau Dr. med. Christa Wachsmuth, geschäftsführende Ärztin der Region Ost. Angemahnt wurde von den Teilnehmern insbesondere der Umgang mit Toten (gerade auch in Kliniken) und mangelhafte Beratungsgespräch vor der Organspende. Frau Dr. Wachsmuth sagte zu, sich verstärkt für die Angehörigenbetreuung einzusetzen (Angehörige »mitnehmen«) und bejahte den Wunsch, sog. Teams zu formieren (Wer soll aus fachlicher Sicht beim Beratungsgespräch dabei sein?). Auch ein zeit-

¹ Die DSO ist die bundesweite Koordinierungsstelle für die Organspende nach dem Tode. Sie organisiert alle Schritte des Organspendeprozesses von der Meldung eines möglichen Spenders bis zur Übergabe der Organe an die Transplantationszentren. Außerdem leistet sie allgemeine Informationsarbeit zum Thema Organspende.

licher Rahmen für eine Entscheidung sollte eingefordert bzw. festgelegt werden (»Gibt es Vorgaben?«).

Fazit:

Die Teilnehmer waren sich einig, dass es wichtig ist, zu einer guten Entscheidung zu kommen, mit der man (weiter)leben kann. Und dabei Unterstützung auch von medizinisch-fachlicher Seite zu erhalten. Dazu gehört selbstverständlich, eine Verabschiedung von dem Verstorbenen zu ermöglichen – und den genauen Todeszeitpunkt erfahren dürfen (Akteneinsicht). Angehörige haben ein Recht, dies zu erfahren. Außerdem sollte in der Trauergruppe nicht gewertet werden, ob die Entscheidung Pro/Contra richtig war. Diese Entscheidung obliegt jedem ganz persönlich.

Der Gedanke der »Vorsorge« spielt auch hier eine wichtige Rolle: Rechtzeitig Gedanken machen über »Körper-Geist-Hirntod« kann im Todesfall eine Entscheidung erleichtern. Nachsorge-Angebote der medizinischen Einrichtungen (DSO) gehören ebenfalls dazu.

Solche thematischen Gesprächs- und Diskussionsrunden, bei denen der Informationsaustausch im Vordergrund steht, sollten auch zukünftig bei Jahrestagungen angeboten werden.

Derzeit ist VEID dabei, in Zusammenarbeit mit der DSO eine Stellungnahme zu formulieren, die dann Ärzten/Kliniken zur Verfügung gestellt werden – und später bindend sein soll.

Stephan Hadraschek,
Vorstandsmitglied im Bundesverbande Verwaiste Eltern in Deutschland e. V.

Zusatz aus aktuellem Anlass:

15. April 2010

Offener Brief der Verwaisten Eltern und Geschwister Bremen e. V. und des Bundesverbandes Verwaiste Eltern in Deutschland e. V. zum Bremer Gesetzentwurf zur Obduktionspflicht bei Kindern.

Als Interessenvertretung der Familien, die Kinder durch Tod verloren haben, nehmen wir hiermit zum geplanten Gesetzentwurf wie folgt Stellung:

Wir lehnen den geplanten Gesetzentwurf in der vorliegenden Form ab und fordern stattdessen, die Belange trauernder Familien erheblich mehr zu berücksichtigen. Aus unserer jahrelangen Erfahrung in der Begleitung und Betreuung sowie in der therapeutischen Arbeit mit betroffenen Familien, können wir mit Sicherheit sagen, dass die geplanten Änderungen zu einer erheblichen

Belastung dieser Familien führen können. Wenn Kinder ohne berechtigten Grund gegen den Willen der Eltern obduziert werden, kann dies zu einer Verstärkung von Ohnmachts- und Schuldgefühlen führen und den ohnehin schweren Trauerprozess stark beeinträchtigen. Aus diesen Gründen müssen Eltern in die Entscheidung bezüglich einer Obduktion einbezogen und nicht ausgegrenzt oder übergangen werden. Es sollte immer der Versuch unternommen werden, einen Konsens mit ihnen herzustellen.

Wir sehen derzeit auch keine Notwendigkeit einer solchen Gesetzesinitiative, da auch nach heutiger Rechtslage grundsätzlich bei einer unklaren Todesursache sowohl die Rechtsmedizin, als auch die Staatsanwaltschaft und die Polizei eingeschaltet werden müssen, und von allen Stellen eine Genehmigung zur Freigabe des Leichnams erfolgen muss. Somit kann auch jetzt eine Obduktion gegen den Willen der Fürsorgeberechtigten angeordnet werden. Es bestünde also die Möglichkeit, in allen Fällen, Gespräche mit den Eltern zu führen, aus denen sicherlich deutlich werden kann, ob Zweifel an einem natürlichen Tod bestehen. Beim geringsten Zweifel daran kann und sollte eine Obduktion angeordnet werden. Den Tod des kleinen Kevins als Begründung herbeizuführen erscheint uns geradezu als lächerlich, da in diesem konkreten Fall sicherlich (zu Recht) keine Einwilligung des Vaters zur Obduktion eingeholt werden musste.

Es geht also um die Fälle, in denen nichts darauf hindeutet, dass ein Fremdverschulden am Tod eines Kindes vorliegt. Eine besondere Tücke des Gesetzentwurfes liegt aus unserer Sicht darin, dass selbst in den Fällen, in denen alle Beteiligten sicher sind, dass kein unerkanntes Fremdverschulden vorliegt, eine Obduktion durchgeführt werden müsste, also auch in allen Fällen von plötzlichem Kindstod oder auch in Fällen in denen ein Kind als Folge einer Erkrankung verstirbt und die unmittelbare Todesursache ungeklärt bleibt. Ein 24-stündiges Widerspruchsrecht der Eltern wird der Situation, in der diese sich befinden, sicherlich nicht gerecht. Und wenn laut Aussage von Frau Senatorin Rosenkötter selbst ethische Bedenken von Eltern dann nicht ausreichen sollen, fragen wir uns, was denn sonst ausreichen könnte? Die ethischen und moralischen Grundsätze von Menschen sollten von Seiten einer Sozialsenatorin doch wohl etwas höher bewertet werden

Die öffentlich gestellte Frage des Leiters der Bremer Rechtsmedizin Herrn Dr. Birkholz, »was

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

63

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

HILFREICHE UND INTERESSANTE TEXTE FÜR DIE TRAUERARBEIT

denn unethisch an einer ärztlichen Untersuchung sein soll«, halten wir für zynisch und unreflektiert. Denn eine ärztliche Untersuchung ist genau dann als unethisch und sogar gesetzeswidrig zu betrachten, wenn diese gegen den Willen eines Patienten durchgeführt wird. Als Arzt sollte er wissen, dass jede ärztliche Handlung an einem Menschen seine Einwilligung voraussetzt. Hinzu kommt das Recht auf freie Arztwahl und die Aufklärungspflicht. Es geht also auch um die Frage von Autonomie und Selbstbestimmung. Auch in der Diskussion um die Versorgung schwerstkranker und sterbender Menschen besteht ein großer Konsens darüber, dass in allen Fällen, in denen ein Patient selbst nicht mehr einwilligungsfähig ist, der dokumentierte oder mutmaßliche Wille des Patienten anzuerkennen ist. Diesem kann auch von Dritten (Bevollmächtigten oder Eltern) Geltung verschafft werden. Wenn also ein Mensch seine Würde nicht mit dem Tod verliert (was unstrittig ist), muss dieses auch für verstorbene Kinder gelten. Aus unseren traurigen Erfahrungen mit der Bremer Rechtsmedizin wissen wir, dass dort in der Vergangenheit leider nicht immer die Bedürfnisse der Angehörigen und die Würde des Verstorbenen eine ausreichende Berücksichtigung gefunden haben, was unsere Sorge noch verstärkt.

Auch die Aussage vom Chef des Bremer Verbandes der Kinder und Jugendärzte, Dr. Trapp, der die Äußerung machte: »Zugleich helfe die Obduktionspflicht den Ärzten, für uns ist es dann einfacher, auf die Obduktionspflicht zu verweisen, als Eltern gegen ihren Willen zur Obduktion zu drängen«, deutet darauf hin, dass versucht werden soll, den zwingend nötigen schwierigen Gesprächen mit Eltern aus dem Weg zu gehen und den mühsamen Prozess einer Konsensfindung durch das Vorlegen eines Gesetzes zu umgehen. Es geht nicht darum, Eltern zu »drängen«, sondern darum, deren Ängste und Sorgen ernst zu nehmen und im besten Fall durch vertrauensbildende Maßnahmen zu mildern. Dazu gehört auch

eine Schulung und Befähigung der behördlichen Stellen und der Rechtsmedizin im Umgang mit Angehörigen verstorbener Kinder, um eine Einbeziehung anstelle der derzeitigen Ausgrenzung von Eltern und Geschwistern zu ermöglichen. Die Verwaisten Eltern gehören sicherlich zu den schärfsten Gegnern jeglicher Form von Gewalt gegen Kinder, und wir wünschen uns natürlich eine effiziente Bekämpfung und Verfolgung solcher Straftaten. Wir wehren uns aber dagegen, allen Eltern pauschal das Fürsorgerecht für ihre verstorbenen Kinder zu entziehen.

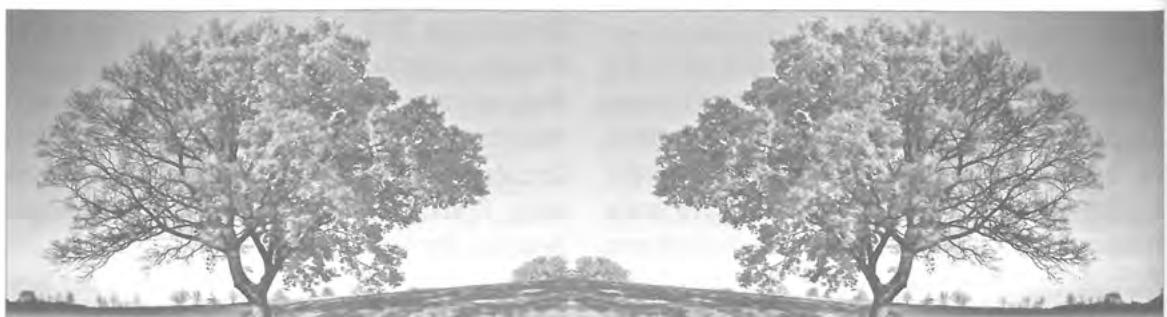
Als Konsequenz aus grausamen Geschehnissen, wie z.B. dem Tod des kleinen Kevin, hätten wir uns lieber eine deutliche Verbesserung der Sozialfürsorge gewünscht, als diese Gesetzesinitiative.

Wir wünschen uns zumindest eine Betreuungs- und Beratungspflicht dieser Eltern durch geeignete Personen. Darüber hinaus würden wir gerne die vielen weiteren Argumente, die wir aus der unmittelbaren Erfahrung mit betroffenen Eltern gesammelt haben, in das Gesetzgebungsverfahren einbringen und hoffen auf eine Anhörung. Im Namen der Verwaisten Eltern und Geschwister Bremen e.V. sowie des Bundesverbandes Verwaiste Eltern in Deutschland (VEID).

Heiner Melching

Rückfragen an: Verein Verwaiste Eltern und Geschwister Bremen e.V. unter Tel. 0421/2070465, und an den Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland e.V. unter Tel. 0341/946 8884, an Heiner Melching unter Tel. 0179/4803597.

Der Bremer Senat hat Dienstag (13. April 2010) die umstrittene Obduktionspflicht für tote Klein-Kinder auf den Weg gebracht. Damit will Sozialsenatorin Ingelore Rosenkötter (SPD) künftig routinemäßig klären, ob Gewalt zum Tod eines Kindes geführt hat. Die Bremische Bürgerschaft muss der Änderung noch zustimmen. Bremen wäre dann das erste Bundesland mit einem solchen Gesetz.



Schuld Denken und Schuld Fühlen -

Vortrag von Chris Paul auf dem 5. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin in Aachen 2004

Meine Damen und Herren,
seit einigen Jahren beschäftige ich mich mit dem Thema »Schuld im Trauerprozess«. Im Folgenden möchte ich Ihnen einige der Grundzüge meiner Beobachtungen und Überlegungen zu diesem Thema vermitteln.

Ich werde das Thema Schuld hier nicht als abstraktes moralisches Prinzip abhandeln. Vielmehr geht es mir um Gefühle und Gedanken, denen wir fast täglich bei Sterbenden, bei ihren Angehörigen und auch bei Vielen, die mit ihnen arbeiten und ihnen beistehen, begegnen. Zum Beispiel bei der Frau, die sich vorwirft, die Krebserkrankung ihres Mannes nicht früh genug erkannt, nicht entschlossen genug bekämpft zu haben und mit ihrer Liebe und Fürsorge kein Heilungswunder bewirkt zu haben. Oder bei dem Mann, der den Ärzten und Pflegenden die Schuld am Tod seiner Frau gibt. Oder die Sterbende, die sich nicht verzeihen kann, dass sie ihre Kinder und ihren Mann allein zurück lässt. Oder der Arzt, der sich die Schuld gibt an der Verzweiflung eines Elternpaares nach dem Tod ihres Kindes.

Einen Teil dieser Schuldgefühle und Schuldzuweisungen können wir durch vernünftiges Überlegen, Sortieren und Messen an der Realität entkräften, denn Schuld hat immer etwas damit zu tun, eine Regel zu verletzen oder ein Gesetz zu übertreten. Das können moralische oder juristische Regeln und Gesetze sein, geschriebene oder ungeschriebene. Für manche Schuldgefühle bei uns selbst oder anderen können wir schlüssig nachweisen, dass kein Regelverstoß vorliegt und damit keine Schuld.

Einen weiteren Teil erleben wir als momentane Schockreaktion, die mit dem abklingenden Schock an Bedeutung verliert. Einen Teil der geäußerten Vorwürfe und Selbstbeziehungen müssen wir als echtes Schuldeingeständnis oder berechtigte Schuldzuweisung gelten lassen, der Umgang damit soll am Schluss meines Vortrags besprochen werden. Zunächst möchte ich mich dem Teil der Schuldgefühle und Schuldzuweisungen beschäftigen, die in keine der vorgenannten Kategorien passt. Es sind diejenigen, die langandauernd dem Verstand, dem vernünftigen Zureden, dem Rationalisieren und der Realitätsprüfung nicht zugänglich sind. Menschen in diesen Situationen fühlen sich gegen alle vernünftigen Argumente

schuldig oder weisen Schuld zu. Unsere Reaktionen von »Aber Sie haben doch alles getan, was in Ihrer Macht stand«, »Sie konnten damals nicht anders«, »Wir haben das Menschenmögliche getan«, »Es ist nicht unsere/ihre/irgendjemandes Schuld« laufen ins Leere und scheinen eher noch zu verschlimmern, was sie lindern sollen – die heftig empfundene Schuld und das intensive Leid an ihr. So stand diese Beobachtung am Anfang meiner Beschäftigung mit dem Thema Schuld im Trauerprozess:

– ein Teil der Menschen, die sich sehr stark schuldig fühlen oder sehr deutlich Schuld zuweisen, halten wider alle Vernunft daran fest, es scheint, als brauchten sie das Thema Schuld unbedingt und notwendend. Verkürzt nannte ich dieses Prinzip:

(manche) **Menschen möchten ihre Schuld be halten.**

Schuldgefühle und Schuldgedanken haben für diese Menschen einen starken positiven Nutzen, sie erfüllen eine Funktion, die unabhängig ist von dem, was wir üblicherweise mit Schuldgefühlen verbinden. Diese Funktionen sind nicht erfassbar mit der Suche nach Regelverstößen oder Gesetzesübertreten. Schuldgedanken und -gefühle können offenbar ein Indikator für ganz andere Tatsachen und daraus resultierende Bedürfnisse sein.

Ich begann nach Tatsachen und Bedürfnissen zu suchen, die für Trauernde zu Schuldgedanken und -gefühlen führen können.

Schuld als Gefühl ist nach Thomas Hülshoff zu unterscheiden von anderen Gefühlen wie Angst, Aggression, Begehrten, die durch ein zum größten Teil angeborenes Reiz-Reaktions-Schema ausgelöst werden und somit als emotionaler Reflex bezeichnet werden könnten. Schuld dagegen ist ein »affektiv-kognitives Phänomen«, die Entstehung eines Schuldgefühls oder einer Schuldzuweisung ist nur im Rahmen eines gedanklichen Konstruktions möglich. Wer sich oder andere schuldig fühlt, der denkt sich oder andere auch schuldig. Noch mehr – wer Schuld fühlt, hat sie vorher gedacht.

Schuld – als Selbstbeziehung oder als Zuweisung an andere – ist somit eine kognitive Konstruktion, die der erlebten Wirklichkeit übergeht wird. Sie setzt den Erwerb des Wissens um

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

65

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

HILFREICHE UND INTERESSANTE TEXTE FÜR DIE TRAUERARBEIT

Regeln und Gesetze voraus. Sie braucht die kognitive Fähigkeit zwischen der Einhaltung und der Übertretung von Regeln zu unterscheiden. Sie braucht die Fähigkeit zur Internalisierung dieser Regeln, um in einer Gewissensinstanz – unabhängig von äußereren Sanktionen – für die Einhaltung der Regeln zu sorgen. Schuld ist eine vom Verstand eingeführte Metaebene, die Ereignisse und Gegebenheiten in der Realität klassifiziert bewertet und aus ihnen Handlungen ableitet. Schuldgefühle folgen erst danach als emotionale Re-Re-Aktion.

Wenn Schuld erst gedacht und erst danach gefühlt wird, lohnt es sich, die Aufmerksamkeit dem Anteil des Schuld-Denkens zu zu wenden, statt uns – wie sonst üblich – auf den Anteil des Schuld-Fühlens zu konzentrieren. Um Schuld zu fühlen, ist es nötig, Schuld zu denken, Schuld ist ein Gefühl, das Denken voraussetzt. Und mehr als irgendein ungerichtetes Denken ist das Denken in Schuld ein Normatives, ein Klassifizierendes, ein geordnetes und Ordnung herstellendes Denken. Schuld bildet ein gültiges Regelsystem ab und stellt Kausalzusammenhänge her. Wo Schuld gedacht wird, wird eine große und gültige Ordnung der Dinge, der Welt gedacht.

Schuld ist in der Lage, Situationen dem Verstand zugänglich zu machen, wenn der eigentliche »Boden der Tatsachen« keine Vernunft, keine Regel mehr zu zulassen scheint. Die Metaebene der »Schuld« wird zur Gehhilfe, zur Brücke, wenn der »Boden der Tatsachen« zerbricht. Überflutet wird. Wenn sich ein Loch vor unseren Füßen aufstut, wenn alles, woran Menschen bisher geglaubt haben, plötzlich nicht mehr gilt.

Sterben und Trauern sind Lebenssituationen, in denen die betroffenen Menschen genau das empfinden, sie verlieren den Boden unter den Füßen, der Boden tut sich vor ihnen auf, sie verstehen die Welt nicht mehr, selbst Gott scheint sie vergessen zu haben.

Ich identifizierte eine wichtige Funktion, die Schuldgedanken und -gefühle haben können:

Schuld stellt in scheinbar regellosen, nicht mehr verstehbaren Situationen Erklärungszusammenhänge und gültige Ordnungssysteme her.

Der Mann, der am Sterbebett seiner Frau die Ärzte und Pflegenden beschuldigt, ringt möglicherweise mit dem Auseinanderbrechen seiner Welt, in der er mit Tüchtigkeit, Fleiß, Beharrlichkeit bisher alles erreichen konnte, was ihm wichtig war. Bis zu der Erkrankung seiner Frau. Er sucht vielleicht nicht nach Fehlern und Vergehen,

sondern vielmehr nach Erklärungen und Verständnis für das Unfassbare, dass seine Frau bald sterben wird.

Wer Schuld denkt und fühlt, insbesondere, wenn dieses Schuld-Denken und -Fühlen sich gegen sich selbst richtet in Selbstbezichtigungen und starken Schuldgefühlen, leidet möglicherweise an einer anderen Unbegreiflichkeit. Schuldgefühle können auch auf ein Übermaß an erlebter Ohnmacht hinweisen. Der oder die Schuldige ist zwar »böse«, aber auch mächtig. Wer andere zum Sterben bringt, könnte sie rein theoretisch auch am Leben erhalten. Wenn die Frau, die sich Schuld am Tod ihres Mannes fühlt, nur herausbekommen würde, wo ihr größter Fehler lag, könnte sie in Zukunft alles weitere Unglück und Unheil in ihrem Leben verhindern. Ihre Selbstbezichtigung, Schuld am Tod ihres Mannes zu sein, wäre dann kein Hinweis auf Fehler und Versäumnisse, sondern vielmehr ein Indikator für schier unendliche Gefühle von Ausgeliefertsein und Ohnmacht. Diese Vermutung wird unterstützt durch die Beobachtung, dass insbesondere Menschen, die extreme Opfererfahrungen machen – Folteropfer, misshandelte Kinder, Vergewaltigungsopfer, Lagerinsassen – zu starken Schuldgefühlen und Selbstbezichtigungen neigen.

Ich identifizierte als zweite wichtige Funktion, die Schuldgedanken und -gefühle haben können: Schuldgefühle und Selbstbezichtigungen sind in Situationen der Ohnmacht und des Ausgeliefertseins eine verzweifelte Möglichkeit, ein Bewusstsein persönlicher Macht und Handlungsfähigkeit aufrecht zu erhalten, ohne das Autonomie und Menschenwürde nicht möglich sind.

Für Trauerprozesse ist ein weiteres Charakteristikum von Schuldgefühlen und -zuweisungen wichtig. Schuld bindet Menschen eng aneinander. Wenn Sie einen kleinen Selbstversuch unternehmen möchten, denken Sie bitte für einige Momente an einen Menschen, mit dem Sie durch Schuld verbunden sind, sei es, dieser Mensch hat Ihnen etwas angetan, sei es, Sie haben sich an diesem Menschen schuldig gemacht. Lassen Sie diesen Menschen für einen Moment vor Ihrem inneren Auge erscheinen. Überprüfen Sie – wie groß ist die emotionale Intensität diesem Menschen gegenüber, wieviel Raum nimmt dieser Mensch in Ihnen ein? Erfahrungsgemäß ist Schuld ein sehr stabiler und zeitüberdauernder Bindungsfaktor. Wenn wir mit Klass davon ausgehen, dass zwei Drittel aller Trauernden ein »Continuing Bond«, also eine fortgesetzte Bindung zu ihren Toten auf-

rechterhalten wollen und ohne jeden Schaden auch aufrechterhalten können, gewinnen Schuldgefühle in ihrer bindungserhaltenden Qualität eine besondere Bedeutung. Durch Selbstbezichtigungen »ich bin schuld an deinem Tod« ebenso wie durch Schuldzuweisungen »dein Tod hat meine Leben zerstört« kann eine starke emotionale Verbundenheit mit dem Verstorbenen aufrechterhalten werden. Eine Mutter, deren Sohn sich das Leben genommen hatte, und die noch jahrelang danach unter ihren starken Schuldgefühlen litt, antwortete auf meine Frage »Was wäre, wenn Sie keine Schuldgefühle mehr hätten« sehr erschrocken »Dann wäre mein Sohn weg«.

Ich identifizierte als dritte wichtige Funktion, die Schuldgedanken und -gefühle haben können:

Schuldzuweisungen und Selbstbezichtigungen können beim Erleben von Einsamkeit und Getrenntheit als Bindungsfaktor benutzt werden, um emotionale Intensität und innere Verbundenheit mit einem Menschen aufrecht zu erhalten.

Ich fasse zusammen:

Meine erste Beobachtung war – manche Menschen, die sich schuldig fühlen, wollen ihre Schuld behalten und sind unter keinen Umständen bereit. Sie sich ausreden oder abnehmen zu lassen.

Diese Beobachtung wurde mir verständlich, als ich begriff, dass Schuldgefühle nicht nur auftreten können, wenn am »Boden der Tatsachen« Regelverstöße und übertretende Gesetze, gleich welcher Art zu finden sind.

Vielmehr kann Schuld als Metaebene auch dann konstruiert werden wenn

- Erklärungszusammenhängen fehlen, Situationen als absolut unbegreiflich erlebt werden, wenn die Welt nicht mehr verstanden wird, wenn keinen Regel mehr gilt.
- Einfluss und Gestaltungsmacht fehlen, Situationen als extrem überfordernd und bedrohlich erlebt werden.
- Bindungen aufrechterhalten werden sollen, in denen Verbindendes wie ein gemeinsamer Alltag, gemeinsame Ziele, regelmäßiger Austausch und positive Gefühle wie Liebe, Zärtlichkeit, Fürsorge, Freude, Dankbarkeit momentan oder dauerhaft nicht zugänglich und lebbar sind.

Schuld als affektiv-kognitives Phänomen kann Angehörigen von Sterbenden, Mitarbeitenden auf Palliativstationen, Sterbenden selbst und Angehörigen nach dem Tod viele schwierige Fragen und Situationen erleichtern.

Schuld kann Erklärungen geben, wo es keine mehr gibt.

Schuld kann eine, wenn auch eingebildete, Macht über Leben und Tod geben.

Schuld kann Bindungen aufrechterhalten, die durch Sterben und Tod getrennt werden.

Für all diese positiv nützlichen Funktionen des Prinzips Schuld sind unsere herkömmlichen Interventionen als Reaktion auf Schuldgefühle nutzlos. Solange Schuld positiven Nutzen erfüllt, liegt es nicht im Bedürfnis der Sich-Schuldig-Fühlenden und -Denkenden, diese Schuld zu verlieren, zu vergeben oder verziehen zu bekommen. Vielmehr liegt es in ihrem Interesse, das zugrundeliegende Bedürfnis zu erkennen und andere Wege zu finden, dieses Bedürfnis zu erfüllen.

Die vorliegende Beobachtungen ermöglichen uns, zu unterscheiden, in welchen Situationen Schuldgedanken und -gefühle auf tatsächliche Regelverstöße, Fehler und Versäumnisse hinweisen. Nur in diesen Fällen sind Interventionen der Realitätsprüfung nützlich. Nur in diesen Fällen kann ein Hinwirken auf Akte der Vergebung, Versöhnung, des Verzeihens und Frieden Findes mit dem falsch gemachten oder durch andere erlittenen positive Ergebnisse bringen.

In allen anderen Fällen basiert jeder Versuch, geäußerte Schuldgedanken und -gefühle zu mindern oder zu lösen auf einem Missverständnis.

Eine erleichternde Intervention muss sich an dem zugrundeliegenden Bedürfnis orientieren, das sich im Schuldenken und -führen ausdrückt. Wenn dieses zugrundeliegende Bedürfnis eines nach Verstehen einer das Begreifen sprengenden Situation ist, dann ist das angemessene Unterstützungsangebot eines, das Erklärungszusammenhängen aufzeigt, alle verfügbaren Informationen gibt und nicht müde wird, über das Wie, das Was und auch das Warum zu diskutieren.

Wenn das im Schuldenken und -führen geäußerte Bedürfnis eines nach persönlicher Autonomie und Handlungsfähigkeit ist, wird ein angemessenes Unterstützungsangebot Mitgestaltung und Wahlmöglichkeiten einräumen und auf diesem Hintergrund vielleicht ein Akzeptieren der grundsätzlichen, kreatürlichen Ohnmacht in Fragen des Lebens und Sterbens einleiten können.

Wenn dem Schuldenken und -führen ein Wunsch nach Verbundenheit und Kontakt zugrundeliegt, dann ist ein angemessenes Unterstützungsangebot eines, das andere Bindungsfaktoren aufzeigt oder zugänglich macht, in denen Respekt, vielleicht auch Liebe und Dankbarkeit, die Haupt-

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

67

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

HILFREICHE UND INTERESSANTE TEXTE FÜR DIE TRAUERARBEIT

rolle spielen und belastende, verletzende Anteile einer Beziehung, die auch und gerade mit der Krankheitsgeschichte und dem Sterbeprozess verbunden sein können, in den Hintergrund treten.

Damit habe ich Ihnen einige Grundzüge meiner Beobachtungen und Gedanken zum Schuldfühlen und Schuldenken im Trauerprozess dargestellt, ich danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit!

Mit freundlicher Abdruckerlaubnis von Chris Paul, <http://www.chrispaul.de/artikel.html#denkeundschuld>

Inzwischen ist das Buch von Chris Paul »Schuld Macht Sinn« im Verlag Gütersloh erschienen.

Literatur:

Hülshoff, Thomas: »Emotionen«. 2. überarb. Auflage, München, Basel: E. Reinhardt, 2001.

Paul, Chris: »Trauerprozesse betrachten – vom Abschiedsdogma zur Erinnerungskultur«. In: Laudert-Ruhm, G.; Oberndörfer, S. ?? »Und das Leben bekommt mich zurück«. Stuttgart: Kreuz, 2005.

Paul, Chris (Hrsg): »Neue Wege in der Trauer- und Sterbegleitung«. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus, 2001.

Paul, Chris: »Wie kann ich mit meiner Trauer leben«. Gütersloh: GTB, 2000.

dies.: »Warum hast du uns das angetan«. Gütersloh: GTB, 1998/2004.

Andacht Margot Käßmann vor dem Trauermarsch in Hannover

Andacht vor dem Trauermarsch der Fans von Robert Enke in der Marktkirche Hannover am 11. November 2009

Liebe Trauergemeinde,

Wenn du durch einen Sturm gehst
Geh erhobenen Hauptes
Und habe keine Angst vor der Dunkelheit
Am Ende des Sturms
Gibt es einen goldenen Himmel
Und das süße, silberhelle Lied einer Lerche
Geh weiter, durch den Wind
Geh weiter, durch den Regen
Auch wenn sich alle Deine Träume
 in Luft auflösen
Geh weiter, geh weiter,
 mit Hoffnung in deinem Herzen
Du wirst niemals alleine gehen
Geh weiter, geh weiter,
 mit Hoffnung in deinem Herzen
Du wirst niemals alleine gehen
Ja, You'll never walk alone ...

Doch Robert Enke ist seinen Weg alleine zu Ende gegangen. Ganz alleine in der Dunkelheit, die ihn umgab und die in ihm gewesen sein muss. Alle dachten, er ist wieder da, kehrt zurück zu seinem geliebten Sport, geht seinen Weg weiter gemeinsam mit der Mannschaft und den Fans von Hannover 96, weiter auch mit der Nationalmannschaft. Und dann kam gestern Abend die unfassbare Nachricht, dass er in diesem Leben nicht mehr weitergehen wollte.

Alle Vermutungen, die große Frage nach dem Warum, sie sollten wir mit großer Vorsicht behandeln. Jetzt ist die Zeit der Trauer um einen Menschen, der vielen Jugendlichen und Erwachsenen

viel bedeutet hat. Der ihnen Vorbild war, Hoffnungsträger. Ein Sportler, der seinen hundertprozentigen Einsatz für seinen Sport mit sozialem Einsatz verbunden hat. Ein Mann, dessen Umgang mit seiner kranken Tochter und ihrem Tod uns alle berührt hat. Ein Mann, der so viel zurücklässt, was ihm kostbar und wertvoll war.

An ihn denken wir heute Abend in dieser Andacht. Wir denken an Teresa Enke und ihre kleine Tochter, die ein neues Familienleben aufbauen wollten.

Wir denken heute Abend an die Mannschaftskollegen in Hannover und in der deutschen Nationalmannschaft, die Trainer und Betreuer und an alle Fans, die die Nachricht gestern so sehr getroffen hat.

Wir denken an die beiden Lokführer, die Einsatzkräfte und die Notfallseelsorger, die gestern Abend an der Unfallstelle waren.

Wir vertrauen darauf: Du kannst nie tiefer fallen als in Gottes Hand!

Liebe Gemeinde, es ist gut, wenn Sie alle als Robert Enkes Fans, als seine Freunde, seine Kollegen diesen Weg der Erinnerung und der Trauer nicht alleine gehen, sondern hier gemeinsam innehalten, still werden. Es ist gut, wenn auf diesem Weg der Trauer das Länderspiel für den nächsten Samstag abgesagt wird, weil auch im Leistungssport nicht der ununterbrochene Betrieb zählt. Der Tod eines Sportlers gebietet es besonders im Leistungssport, den Lauf anzuhalten, damit deutlich wird: Fußball allein ist nicht unser Leben, sondern Liebe zueinander, Gemeinschaft, sich gehalten wissen auch in allen Schwächen unseres Lebens, das zählt.

Es ist gut, wenn wir uns auf diesem Weg der Trauer im Gebet versammeln. Unsere Kirchen sind Orte, an denen wir miteinander schweigen, weinen und trauern können. Wir werden gleich Stille halten und Kerzen anzünden – weil es manchmal keine Worte gibt, die das Leid ausdrücken können und die leisen Töne, das Schweigen angesagt sind. Stille kann heilsam sein.

Aber wir treten auch mit unseren Zweifeln vor Gott: Warum? Viele fragen auch: Wie kann Gott das zulassen, dass ein Mensch so verzweifelt und keinen anderen Ausweg mehr weiß?

Ich bin zutiefst überzeugt, dass Gott kein Unglück in diese Welt schickt, sondern diese Welt liebt. Gott will nicht Leid über Menschen bringen, sondern sehnt sich danach, dass wir das Leben in Fülle haben, sagt die Bibel. Aber in dieser Welt gibt es Leiden, Schmerz, Krankheit, Ausweglosigkeit und Tod. Gott begleitet uns gerade in solchen Zeiten. Unser Herz erschrickt ja auch, weil wir an diesem entsetzlichen Tod von Robert Enke erkennen: unser Leben ist zutiefst zerbrechlich und gefährdet. Hinter Glück, Erfolg und Beliebtheit können abgrundtiefe Einsamkeit und Verzweiflung liegen, die Menschen an ihre Grenzen führen.

Wie traurig ist es, dass jemand nicht wagt, über Depressionen und Krankheit zu sprechen, weil das als Schwäche angesehen wird. Oder weil es die Adoption der Tochter gefährden könnte. Krankheit und Leid gehören zum Leben! Dafür gibt es keine Pfiffe! Nein, das ist Empathie, Compassion, Mitleiden.

Völlig unerwartet kann unser Leben zu Ende sein, ob wir nun jung sind oder alt. »Lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, auf dass wir klug werden«, sagt der Psalmbeter. Wer den eigenen Tod im Leben mit bedenkt, hat eine tiefe Lebensklugheit. Wer Leiden kennt, weiß auch um die Tiefe des Lebens und kann anders leben als oberflächlich dahin.

Wir werden Leid und Tod, Verzweiflung und Depression in dieser Welt nicht überwinden können. Das wird erst in Gottes Zukunft so sein, in der alle Tränen abgewischt sind. Ich glaube daran, dass auf der anderen Seite der Grenze des Lebens Gott unsere Toten in Empfang nimmt. Ich glaube an die Auferstehung und sie tröstet mich.

So stehen wir vor Gott in dieser Spannung zwischen Aufschrei und Gottvertrauen. Gottvertrauen aber kann uns tragen, das habe ich immer wieder selbst so erlebt. Gott geht mit uns in den schwersten Stunden unseres Lebens. You'll never walk alone, das ist nicht nur Ihr Lied bei vielen Spielen, sondern es ist auch die große Zusage, die Gott uns gibt. In Psalm 23 heißt es: »Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln. Er weidet mich auf einer grünen Aue und führet mich zum frischen Wasser. Er erquicket meine Seele, er führet mich auf rechter Straße um seines Namens willen. Und ob ich schon wanderte im finstern Tal, fürchte ich kein Unglück; denn du bist bei mir, dein Stecken und Stab trösten mich.« You'll never walk alone. Das gilt zuallererst für Theresa Enke, die heute Mittag so mutig von der Liebe gesprochen hat, die sie und ihren Mann getragen haben. Sie muss nun mit dieser Liebe einen neuen Weg finden und mit Gottes Hilfe wird sie ihn finden. Für sich und für ihre kleine Tochter. Das gilt für die Familie von Robert Enke. Und es gilt für seine Mannschaftskameraden, die Verantwortlichen im Fußballsport und für Sie alle, seine Fans. Bei Gott können wir zur Ruhe kommen in aller unserer Unruhe.

Und alle Fans sollten das wissen: Robert Enke würde nicht wollen, dass ihm jemand auf diesem Weg folgt! Er hat das Leben geliebt und wünschte sich Wege zum Leben.

Werden wir daher stille. Bringen wir unser Mit-Leiden vor Gott, indem wir Lichter anzünden, für Robert Enke, für seine Familie, für alle, die gestern Abend mit betroffen waren. Suchen wir Wege zum Leben!

Halten wir an der Zuneigung zu Robert Enke fest auch über seinen Tod hinaus, den wir so schwer verstehen. Über die Schwelle des Todes hinaus können wir ihn nicht begleiten. Aber wir dürfen der Zusage vertrauen, dass Gott uns über diese Schwelle trägt und auch Robert Enke bei ihm geborgen ist. Sodass auch auf diesem letzten Weg gilt: You'll never walk alone.

Amen

Herzlichen Dank an Dr. Margot Käßmann und die Evangelische Kirche in Deutschland für die Abdruckerlaubnis (http://www.ekd.de/predigten/kaessmann/091111_kaessmann_hannover.html)

14
RUNDBLICK
OKTOBER 2010

69

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!?«

HILFREICHE UND INTERESSANTE TEXTE FÜR DIE TRAUERARBEIT



Brief an meinen toten Schüler

Lieber Sammy,
komm her mein Alter, komm, lass uns die Uhr ein paar Tage zurück drehen und dann ruf mich an und sag was, irgendwas. Und dann komm einfach vorbei und wir essen ein Eis, unten beim Sarcletti, da gibt es doch das beste Eis der Stadt. Ja, wir rauchen auch eine zusammen und reden, wir reden miteinander und irgendeine Lösung fällt uns schon ein, irgendeine, die besser ist als deine. Und wenn du willst, dann komm zu mir. Ich hab Platz genug. Ich räum' mein Schlafzimmer, wenn du willst, da hast du 17 qm nur für dich alleine. Wir pfeifen auf die Ämter, auch auf die Schule, wenn es sein muss.

Bleib erstmal ein paar Tage, ich kriege das schon hin. Komm, fass dir ein Herz und ruf an. Du kriegst auch den besten Psychologen, den ich aufzutreiben kann, und natürlich deine Zwei in Religion. Du bist gut, du bist schlau. Du kannst doch nichts dafür. Vergessen wir die Streitereien. Verzeih mir meine tauben Ohren, meine harte Stimme, die deiner geschunden Seele noch mehr Leid zugefügt hat. Komm, red' mit mir, ich bin für dich da, immer wenn du willst. Aber bitte, bitte geh' nicht in den 25sten Stock dieses Hauses, bitte geh' nicht hinauf. Ja, lass dich ruhig fallen in

meine Arme, aber bitte nicht von so hoch oben, das schaffe ich nicht.

Komm, iss dein Eis. Lass dich von der Sonne wärmen und wir werden einen Weg finden, denn jeder Weg ist besser als der in den 25sten Stock.

Velleicht brüllst du mich jetzt an, meine Hilfe käme zu spät und ich hätte mir das alles eher überlegen sollen. Wie recht du hast! Doch vielleicht lächelst du ja auch jetzt, frei und erlöst, denn einer, da bin ich ganz sicher, einer hat dich aufgefangen und für den waren 25 Stockwerke nicht zu hoch. Einer hat dich mit sich genommen und sicher sein Schlafzimmer für dich leer geräumt. Und ein gutes Eis gibt es dort vielleicht auch. Bestimmt hat er dich in den Arme genommen und »Herzlich willkommen« zu dir gesagt. Zu dir, der hier untern oft so unwillkommen war. Ich werde dich wiedersehen, irgendwann, wenn ich an der Reihe bin. Ich hoffe, du kennst mich dann noch. Ich jedenfalls werde dich suchen.

Oliver Spilker in: Spilker Oliver, Von Sehr gut bis Ungenügend. Einblick in die Welt der Schüler. Herbert Utz Verlag, München 1999, S. 113f.

Dieses Buch kann beim Autor unter Spilker.O@web.de für 5,00 Euro plus Porto bestellt werden.

Vom Tod und anderen offenen Fragen

Gott kommt immer vor – Gott sei Dank. Und wie wichtig es ist, mit Schülern über ihre Vorstellungen von Gott zu reden, habe ich schon versucht, festzuhalten. Noch dichter aber und noch persönlicher werden die Gespräche, wenn es um den Tod geht, um letzte Dinge.

Die kleine Tanja steht plötzlich vor mir, wir singen gerade ein Lied, da nimmt die Achtjährige meine Hand, so dass ich mitten im Lied unterbrechen muss und mein letzter Gitarrenakkord schrill im Raum verklingt. Sie fängt an zu weinen. Die Klasse ist längst verstummt und irritiert. Und vor der ganzen Versammlung fragt sie mich dann, warum ihre kleine Schwester Nicki kurz nach der Geburt gestorben sei. Was kann ich ehrlicher sagen als: Ich weiß es nicht.

Ihre Kummerspuppe zu Hause könne da auch nicht weiterhelfen. Aber Gott, der könne doch alles, der sei schließlich der liebe Gott und solle nun die Nicki wiederbringen.

Was soll ich da nur sagen? Ich bin wie gelähmt. Alle schweigen und alle schauen mich an, so als wollten sie sagen: So, nun bist Du dran, jetzt wollen wir mal sehen, was du für eine Antwort hast. Keine, denke ich. Natürlich könnte ich jetzt mit dem unergründlichen Ratschluss Gottes kommen, dass er schon weiß, was er tut und letztlich weiß man nie, wofür es gut ist. Und wenn sie nicht wieder lebendig ist, dann hat es Gott wohl nicht gewollt, denn er könne schon, aber vielleicht hatte er ja die Nicki so lieb, dass er sie schon jetzt bei sich haben wollte ...

Was für Ausflüchte, hilflose Versuche, das Unsagbare zu erklären.

Nein, muss ich sagen, Gott kann das nicht, kann Nicki nicht wieder lebendig machen und warum sie tot ist, weiß ich nicht, weiß niemand und eine Antwort darauf gibt es nicht. Und Gott? Gott ist wohl genau so traurig wie du, aber ich bin sicher: Es geht Nicki gut in dieser anderen Welt, sie lebt,

lebt beim lieben Gott und sie denkt bestimmt genau so oft an dich, wie du an sie.

»Aber sie soll wieder bei mir sein ...« Tanja weint noch immer.

»Das geht nicht«, muss ich ihr sagen und als sie dann fragt »warum«, muss ich sagen: »Ich weiß es nicht, ich weiß es doch auch nicht.«

Sophies Bruder hatte einen tödlichen Verkehrsunfall und das Thema Tod berührt die 16-jährige Gymnasiastin ganz persönlich. Sie kommt nicht damit klar, dass ihr Bruder tot ist. »Sie reden immer davon, dass Gott uns nicht allein lässt. Ich pfeiff drauf! Wo war denn dieser Gott, als mein Bruder eingekreust im Auto lag? Allein gelassen hat er ihn!«

Was kann ich ihr sagen, was hilft ihr? Was ist die Antwort, die ich mir selber auf all diese Fragen gebe? Mir bleibt nur das Eingeständnis der eigenen Unvollkommenheit im Glauben. Und auch ihr muss ich wieder sagen: Ich weiß es nicht, ich weiß es doch auch nicht.

Silke hat ihren Vater vor einem Jahr verloren. Die 14-jährige betet jeden Tag und glaubt fest daran, dass ihr Vater weiter lebt und sie bekennt: Ich glaube an Gott, auch wenn es manchmal schwer fällt.

Wenn ich Silke und Sophie doch nur zusammenbrächte. Aber da ist kein Weg. Sophie blockt ab, kein Trost erreicht sie, keine Antwort auf ihr klagendes »Warum?«

Mira wohnt mit ihrer Mutter im Frauenhaus, der Vater weiß nicht wo, und das soll auch so sein. Zu viele Schläge, zu viele Misshandlungen, zu viel Angst. Die kleine Erstklässerin mit den trotz allem strahlenden Augen springt jeden Dienstag fröhlich auf meinen Arm und gibt mir einen Kuss auf die Wange, so wie ein Kind eben seinen Vater begrüßt, den es lange nicht gesehen hat und nun glücklich ist, ihn wieder zu haben – und sei es nur für 45 Minuten im Schulunterricht. In ein paar Tagen wird sie wieder nach Hause umziehen. Die Sozialarbeiter sind machtlos, es ist der Wille der Mutter. Die Kleine freut sich gar nicht und mich wird sie wieder aus den Augen verlieren.

Wie schwer es ist, misshandelnde Väter dingfest zu machen, erzählt mir sehr verbittert eine Sozialpädagogin vom Jugendamt: Nach den neuen Gesetzen sei es noch schwerer geworden einzugehen, denn die Familie würde dadurch noch mehr gestärkt, mit allen Vor- und Nachteilen. Das Recht der Erziehung durch die Eltern würde ausgedehnt, das Leitbild »Familie«, das dieser Staat noch immer habe, würde viele Kinder bitter bestrafen.

Blaue Flecken am Körper und selbst, wenn Kinder die Gewalt durch die Eltern sogar zugeben, das alles reicht nicht aus. Das Kind muss es beweisen können! Wie soll es das, wenn der Vater dagegen hält, das Kind sei die Treppe hinunter gefallen und die Mutter aus Angst gar nichts mehr sagt? Ausweglos! Erst kürzlich, so erzählt die Kollegin, sei sie in einer Wohnung gewesen und habe einen Dreijährigen vom Tischbein losgebunden und eindeutig die blauen Flecken und Prellungen der unmittelbar voran gegangenen elterlichen Gewalt zuordnen können. Der Junge wurde sofort aus der Familie genommen. Sein jüngerer Bruder aber musste beim Vater bleiben, die paar Hautabschürfungen waren nicht so gravierend und außerdem befand er sich zur Tatzeit spielend im Zimmer, ohne vom Vater bedrängt worden zu sein. Es konnter also nicht eindeutig nachgewiesen werden, dass auch dieses Kind misshandelt wird.

Warum nur das alles, warum all das Leid? Alle Antworten, die wir uns selber geben, die Theologen und Psychologen anbieten, alle Versuche, durch Verweise auf die menschliche Freiheit und den unergründlichen Ratschluss eines höchsten Wesens zu Erklärungen zu kommen, sind nur jämmerliche Versuche, das Unerklärliche doch zu erklären.

Einzig ehrlich bleibt auf die Frage nach dem »warum« die unbefriedigende Antwort: Ich weiß es nicht! Punkt!

Oliver Spilker in: Spilker, Oliver; Von Sehr gut bis Ungenügend. Einblick in die Welt der Schüler. Herbert Utz Verlag, München 21999, S. 109–112.

Der Tod

Alles Lebendige stirbt

Der Tod ist das, was alle mit allem verbindet. Alles was lebt, wird einmal nicht mehr leben – ob ohne Bewusstsein wie Bäume und Pflanzen, ob

mit Bewusstsein wie Menschen und Tiere. Alles ohne Ausnahme stirbt. Wenn aber alles Leben endlich ist, dann gehört dieses Endlich-Sein zum Wesen allen lebendigen Seins dazu.

Wenn dem so ist, dann ist das endlich ein Bestandteil der Ordnung, in die alles lebendige Sein eingebunden ist und ist zugleich Voraussetzung für die Möglichkeit lebendigen Seins.

Wenn also ein Mensch stirbt, dann bewegt er sich im Einklang mit dieser Seinsordnung. Der Tod eines Menschen ist also in diesem Sinne »in Ordnung«.

Wenn wir die Toten ziehen lassen, bewegen auch wir uns im Einklang mit dieser Seinsordnung, denn es ist ja nichts Außernatürliches geschehen, sondern etwas Natürliches.

Dem zuzustimmen ist besonders schwer, wenn ein Mensch vor der Zeit stirbt, in der die Mehrheit einer Gesellschaft Sterben für natürlich hält, wenn also ein an Jahren junger Mensch stirbt.

Der Tod und mein Sein

Ob nun jung oder alt, der Tod eines anderen Menschen hat Auswirkungen auf mein Sein. Je stärker mein Sein mit dem des anderen verbunden war, desto stärker wird sich mein Sein verändern: So bedeutet das Ende eines Menschen, dass auch ein Teil meines Lebens beendet wird. Es stirbt ein Teil meines Seins. Diesen Tod eines Teils meines eigenen Seins erlebe ich bewusst. Und so ist die Trauer, die ich empfinde, auch eine Trauer um den Verlust des eigenen Seins, dass nun, da ein mit mir Verbundener gegangen ist, auch weniger wird. Ich erlebe mich plötzlich nicht mehr als ganz.

Durch den Tod eines mir vertrauten Menschen wird ein Bestandteil meines Seins beendet.

Wie ein Baum, dem man einen Ast abhakt nicht mehr ganz ist, so erleben wir den Tod eines Menschen, der mit uns verbunden ist. Wir werden

weniger, aber nicht selten wird das, was von uns noch bleiben darf, nun intensiver.

Im Bewusstsein der eigenen Endlichkeit wird nun das eigene Sein Seiender. Der Tod des anderen und das damit fortschreitende eigene Sterben schenkt mir auch neues Leben. Wie ein Baum, den man beschneidet, auch kräftiger wird an den Ästen, die bleiben. So bleibt immer eine Wunde am Stamm – aber das Blühende an den anderen Zweigen bleibt auch.

Beziehungen ziehen lassen

Der Mensch kann nur in Beziehung zu anderen Menschen leben.

Beziehungen sind da, wenn wir kommen und sie kommen, wenn wir schon da sind. Beziehungen kann ich beenden, auch dann kann ich darunter leiden, dass mir etwas fehlt, was zuvor zu mir gehört hat. Aber vielleicht ändere ich meine Richtung später erneut und wende mich dem anderen Menschen wieder zu. Beziehungen zu mir können von anderen beendet werden. Auch dieses Leid ist wandelbar, denn in einer späteren Lebensphase kann es eine neue Begegnung geben. Wird aber die Verbindung vom ICH zum DU durch etwas Drittes, durch den Tod, beendet, dann ist dieses unwiderufbar und meines und des anderen Einflusses entzogen. Dieses Dritte aber, der oder das uns umgibt, ist letztlich nicht der Tod, sondern eben die Ordnung des Lebens, zu der der Tod gehört. Meinen Frieden finde ich dann, wenn ich der Wirkung dieser Ordnung zustimme und mich ihr überlasse, weil ich weiß, dass sie natürlich ist. Dieses Dritte, das uns umgibt, nenne ich Gott.

Oliver Spilker

Ergebnisse einer Umfrage ...

über die Trauerarbeit von Eltern und Geschwistern nach dem Tod ihres Schulkindes

Ulm, im Frühjahr 2010

Liebe Mütter und Väter,

herzlichen Dank, dass Sie an meiner Umfrage im Jahr 2009 über die Trauer nach dem Tod Ihres Kindes teilgenommen haben. Durch Ihre Rückmeldungen habe ich so viel von Ihnen erfahren dürfen, dass ich innerlich davon tief berührt bin.

Sehr geehrte Interessierte und Unterstützer meiner Arbeit über trauernde Eltern und Geschwister, hier nach der Auswertung die wichtigsten Ergebnisse in einer Zusammenfassung:

Allgemeines

Bei meiner Umfrage über die Trauer von Eltern und Geschwistern nach dem Tod eines Schulkindes im Jahr 2009 wurden 66 Todesfälle von Schulkindern im Alter von 7 bis 22 Jahren erfasst. 38 Kinder waren männlich und 28 Kinder waren weiblich.

Es handelte sich in 65 Fragebögen um deutsche Kinder. 34 davon waren katholisch, 21 waren evangelisch. Ohne Konfession waren zehn Kinder. Die kürzeste vergangene Zeit nach dem Tod des Kindes waren fünf Monate, die längste Zeit waren 38 Jahre.

35 Kinder starben an einer Krankheit, 21 an einem Unfall. Sieben Jugendliche begingen Suizid und drei Kinder waren in diese Kategorien nicht einzuordnen. Es handelte sich dabei um einen plötzlichen Kindstod im Jugendalter, eine Ermordung durch einen Sexualstraftäter und einen Hitzschlag beim Sportunterricht während eines 3000-m-Laufs.

Bei der Sterbeursache Krankheit war die durchschnittliche Zeit bei Erkrankung der Kinder drei Jahre und sechs Monate. Die kürzeste Zeit der Erkrankung waren sechs Monate, die längste Zeit 13 Jahre und sieben Monate.

Eine Grundschule besuchten 16 Kinder, auf der Hauptschule waren acht. Eine Realschule besuchten acht Kinder und auf eine Sonderschule gingen zwei Kinder. Auf eine Berufsschule gingen drei Jugendliche. Andere Schulen besuchten fünf Kinder.

Eltern

Den Fragebogen haben zwölf Eltern gemeinsam ausgefüllt. Neun Väter und 44 Mütter haben ihn alleine ausgefüllt. Ein Fragebogen war ohne Angabe.

Das durchschnittliche Alter der Mütter zum Todeszeitpunkt ihrer Kinder war 43 Jahre. Die beiden jüngsten Mütter waren 30 Jahre alt, die älteste 56 Jahre. Das durchschnittliche Alter der Väter zum Todeszeitpunkt ihrer Kinder war 45 Jahre. Die beiden jüngsten Väter waren 34 Jahre alt, der älteste 58 Jahre.

73 Prozent der Mütter arbeiten in Dienstleistungsberufen und 14 Prozent sind Hausfrauen.

44 Prozent der Väter arbeiten in technischen Berufen und 37 Prozent in Dienstleistungsberufen.

Meine erste Vermutung, dass Mütter und Väter sich nach dem Tod ihres Kindes in ihrer Trauer alleingelassen fühlen, kann nach Auswertung der 66 Fragebögen nicht bestätigt werden.

Der größte Teil der Ehepartner bzw. der Lebenspartner, die Familien, Freunde und die Arbeit von Selbsthilfegruppen werden als hilfreich in der Trauerbegleitung beschrieben. Verwaiste Eltern machten sehr konstruktive Erfahrungen mit Personen außerhalb der Familie, die sie in ihrer Trauer gut begleiten und können auf diese Hilfsangebote zurückgreifen. Die Nachbarschaft hingegen spielt nur in der Hälfte aller Beschreibungen eine hilfreiche Rolle.

Als wenig hilfreich wird von den Eltern die Begleitung durch die Schulen der verstorbenen Schüler erlebt.

Kriseninterventionsteams werden nach dem Tod durch Unfall oder Suizid überwiegend als nicht hilfreich beschrieben oder spielen gerade in der Trauerbegleitung keine Rolle. Auch mehr als die Hälfte der Hausärzte spielen in der Trauerbegleitung keine Rolle oder werden sogar als nicht hilfreich beschrieben.

Meine Vermutung, dass Mütter und Väter einen neuen Bezug zu ihrem Leben nach dem Tod eines Kindes finden, kann generell bejaht werden.

82 Prozent der Eltern gaben an, immer bzw. meistens mit ihrer Trauer im beruflichen und privaten Alltag umgehen zu können.

Bei einer differenzierteren Betrachtung zeigt es sich jedoch, dass die 34 Eltern, denen ein Kind an einer Krankheit verstorben ist, erst nach einer durchschnittlichen vergangenen Zeit von fast acht Jahren diese Frage bejahten. Die durchschnittliche Zeit bei den 21 von einem plötzlichen Tod ihres Kindes betroffenen Eltern lag sogar bei annähernd zwölf Jahren.

Als besonders belastend empfinden Eltern das Gefühl, in ihrer Trauer alleingelassen und nicht verstanden zu werden. Die verstorbenen Kinder werden bei anderen Familienangehörigen und in der Berufswelt oft tabuisiert. Dazu kommen erhebliche Belastungen in der Partnerschaft und die Angst vor der Rückkehr in den beruflichen und gesellschaftlichen Alltag.

Geschlechtsspezifische Aspekte in der Trauer von Eltern wurden in der Umfrage nicht nachgewiesen. Ein Großteil der verwaisten Paare betrachtet den Lebenspartner als hilfreich in der Trauerbegleitung. Trotz der erheblichen Konsequenzen für das Familiensystem konnten Trennungen von Eltern als Folge des Todes von einem Kind nicht bestätigt werden. Auch aus meiner beruflichen Erfahrung und aus Erfahrungen in der Leitung von Selbsthilfegruppen ist nicht davon auszugehen, dass Paare, deren Kinder lange schwer erkrankt sind oder sterben, sich in oder nach diesen belastenden Zeiten häufiger trennen. Vielmehr scheint es so, als ob sie sich körperlich und seelisch während einzelner Phasen der Trauerverarbeitung zunächst Distanz schaffen, um sich im Verlauf des Trauerprozesses wieder anzunähern.

Sehr hilfreich in der Trauerverarbeitung empfinden Eltern Selbsthilfegruppen, Trauerseminare, Gespräche mit anderen Betroffenen und offene Gespräche in ihren Familien oder mit Freunden. Glaube, Spiritualität, Trauerliteratur und ein persönlicher Rückzug sind dabei genauso wichtig, wie sich zu erlauben, körperliche und seelische

Schmerzen in der Trauer zuzulassen und durchzuleben.

Aus den Angaben, was Eltern als hilfreich in ihrer Trauer erleben, ergaben sich klar formulierbare Aufgabenstellungen, was und zu welchem Zeitpunkt in der Trauerverarbeitung hilfreich sein könnte. Dazu gehört unter anderem, sich möglichst in der Zeit bis zur Bestattung vom Körper des verstorbenen Kindes zu verabschieden, was nach der Beerdigung unwiederbringlich vorbei ist. Auch das Kümmern um die anderen Kinder der Familie ist eine wichtige Aufgabe, die in der Zeit des ganz großen Schmerzes nicht vergessen oder delegiert werden sollte.

Unabhängig vom zeitlichen Abstand zum Todestag oder auch der Todesursache spüren fast alle Eltern weiterhin die Nähe zu ihrem verstorbenen Kind und beschreiben dieses als steter innerer Begleiter. Sie sprechen weiterhin in Gedanken mit ihrem Kind und bemerken Zeichen, träumen von ihm oder beschreiben das verstorbene Kind als Trostspender oder als Ratgeber.

Schulen der verstorbenen Kinder

Meine Vermutung, dass Schulen über Handlungsmöglichkeiten verfügen, um zeitnah und angemessen auf den Tod eines Mitschülers bzw. einer Mitschülerin zu reagieren, wurde bestätigt.

Vom Todestag bis zur Beerdigung gab es bei einer deutlichen Mehrzahl der in die Befragung einbezogenen Schulen Kontakte mit den Eltern. Überwiegend handelte es sich dabei um telefonische Kontakte und um Beileidsbriefe. In sechs Fällen benachrichtigten die Eltern selbst die Schulen. Auch Klassenkameraden gingen auf die trauernden Eltern zu. Nur bei den Berufsschulen gab es in zwei Dritteln der Rückmeldungen keine Kontakte mit den trauernden Familien. In drei der sieben beschriebenen Suizide gab es gar keine Kontakte zwischen Eltern und Schule bis zum Tag der Beerdigung.

Auch an den Trauerfeiern haben sich 57 der 66 betroffenen Schulen beteiligt.

Zwei Drittel der Schulen haben den Tod des Mitschülers nach den Angaben der Eltern in ihrer Schule thematisiert. In jeder fünften Schule fand keine Thematisierung statt.

Ein Viertel der Eltern konnte sich nicht mehr erinnern.

Geschwister

Die Trauer von Geschwisterkindern wird gesellschaftlich unterschätzt, ausgeblendet und zum Teil ignoriert.



© Birgit Pemberger, 2009

In der Umfrage wurden 88 Geschwisterkinder in 63 Familien erfasst. Dabei handelt es sich um 42 Brüder und 46 Schwestern von verstorbenen Kindern.

Drei Geschwister kamen erst nach dem Tod ihres Bruders bzw. ihrer Schwester auf die Welt. Das Alter der Geschwister zum Todeszeitpunkt variiert zwischen zwei und 30 Jahren.

In sechs Familien war das verstorbene Kind das einzige Kind in der Familie. In 33 Familien gab es noch einen Bruder oder eine Schwester, in 19 Familien hatte das verstorbene Kind noch zwei Geschwister bzw. in fünf Familien noch drei Geschwister.

In einem Fall sind beide Geschwisterkinder und die Mutter bei einem Unfall ums Leben gekommen.

Die Vermutung, dass Geschwisterkinder, die einen Bruder bzw. eine Schwester verloren haben, in ihrer Trauer physisch und psychisch sehr belastet sind wird leider voll bestätigt.

Eltern beschreiben den Geschwisterverlust bei Kindern unter fünf Jahren mit vermehrtem Auftauchen regressiven Phasen. Aufgrund von Trennungsängsten wird die Nähe zu den Eltern wieder in größerem Maße gesucht.

Im *Vorschulalter* wird der Geschwisterverlust bewusster artikuliert. Es kommt zu psycho-somatischen und emotionalen Auffälligkeiten und teilweise zu Entwicklungsrückschritten, Schlafstörungen und vermehrtem räumlichen Rückzug.

Im *Grundschulalter* ist zu beobachten, dass Geschwisterkinder vermehrt mit körperlichen Auffälligkeiten (Weinanfälle, Einschlafstörungen, Kopf- und Bauchschmerzen, Einnässen und Übergewicht) und seelischen Auffälligkeiten (Konzentrationsproblemen, Ängsten, Rückzug, Verdrängung, Einbruch der schulischen Leistungen und wütende Reaktionen) kämpfen. Geschlechtsspezifische Auffälligkeiten waren nicht festzustellen.

Jugendliche ziehen sich nach dem Tod ihrer Schwester oder ihres Bruders stärker zurück, zeigen schulische Probleme. Therapeutische Angebote können angenommen werden. Die Pubertät wird von den Eltern stärker als gewöhnlich erlebt. Rauchen und Ritzen werden virulente Themen. Eltern beschreiben bei ihren erwachsenen Kindern Ängste, Suchtgefahr, Verdrängung, tiefe Trauer, Schulgefühle, Beziehungsabbrüche, Konzentrationsprobleme, Gereiztheit, depressive Phasen, Rückzug, Wut, Unruhe, Abbruch der Lehre oder des Studiums, geringe Belastbarkeit und Verlustängste. Geschlechtsspezifische Auffälligkeiten sind nicht zu erkennen.

Meine Vermutung, dass es ausreichend Möglichkeiten gibt, Geschwisterkinder, die einen Bruder bzw. eine Schwester verloren haben, in ihrer Trauer zu begleiten, kann nur für den familiären aber nicht für den schulischen Bereich bestätigt werden.

In 80 Prozent der Rückmeldungen wird die Begleitung durch Freunde als hilfreich beschrieben. Auch die Eltern selbst beschreiben sich in mehr als Dreiviertel der Rückmeldungen als hilfreich in der Trauerbegleitung ihrer Kinder. Nicht zu nahe stehende Personen und Institutionen werden in fast Dreiviertel aller Rückmeldungen ebenfalls als hilfreich beschrieben. Die Begleitung

durch andere Familienmitglieder wird nur in etwas mehr als der Hälfte der Rückmeldungen als hilfreich erlebt.

Geschwisterkinder, die noch eine Schule besuchen, werden nach den Rückmeldungen in ihrer Trauer von ihren Schulen vollkommen unzureichend begleitet: In 80 Prozent aller Rückmeldungen stellten die Schulen für Geschwisterkinder keine Hilfe dar. In 37 Prozent der Rückmeldungen wurde der Tod des Bruders oder der Schwester in den Schulen thematisiert.

In 40 Prozent aller Rückmeldungen jedoch wurde nicht einmal darüber gesprochen.

Ich wünsche Ihnen allen viel Kraft und auch Geduld in Ihrer Trauer und verbleibe mit freundlichen Grüßen

Norbert Nitsche, Alberweg 6, 89075 Ulm
E-Mail: norbert.nitsche@web.de

Sie können diesen Elternbrief auch gern veröffentlichen. Ich bitte Sie jedoch, mein Einverständnis einzuholen.

Frau Pemberger, Kunsttherapeutin der Ulmer Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, hat freundlicherweise die abgebildete Zeichnung zur Verfügung gestellt.

Falls Sie an der ganzen – ausführlichen – Untersuchung interessiert sind, können Sie diese auf einer Internetseite der Pädagogischen Hochschule Weingarten einsehen. Ich werde Ihnen die genaue Adresse nach der abschließenden Veröffentlichung Mitte 2010 zukommen lassen.

14

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

75

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

HILFREICHE UND INTERESSANTE TEXTE FÜR DIE TRAUERARBEIT

Himmel, Tod und Teufel – wie Kinder trauern

Ein Hauptanliegen der Theologin und Autorin Christine Fleck-Bohamilitzky ist die Enttabuisierung von Tod, Trauer und Sterben in unserer Gesellschaft und eine Rückkehr zu einem natürlicheren Umgang mit dem Tod – auch für Kinder. Grünschnabel-Autorin Sofie Buchwald fragt nach.

Frau Fleck-Bohamilitzky, wie erklärt man Kindern den Tod?

Es kommt ganz drauf an, wie alt die Kinder sind. Einem Dreijährigem würde man es anders erklären als einem Neunjährigen.

Wie würden Sie es einem Dreijährigem erklären?
Bei so kleinen Kindern finden die meisten Tod-Erfahrungen mit Tieren statt. Beispielsweise stirbt das eigene Haustier oder das Kind sieht irgendwo einen toten Vogel oder Regenwurm. Man kann dem Kind sagen, dass jemand, der tot ist, nicht mehr essen kann, nicht mehr atmen, nicht mehr lachen kann. Eben alles, was für so ein klei-

nes Kind zum Leben dazugehört. Das genügt den kleinen Kindern meistens. Was ganz wichtig ist, dass man die Wahrheit sagt. Sätze wie ›der liebe Gott hat den Bruder geholt‹ oder ›die Mama schlafst‹ sind ganz schwierig. Das Kind könnte glauben, wenn es einschläft, wacht es auch nicht wieder auf und stirbt. Beim lieben Gott stellt sich dann die Frage: Was ist das für ein ›lieber Gott‹, der meinen Bruder holt?

Wir Erwachsenen haben eine bestimmte Vorstellung davon, wie sich ein Trauernder zu verhalten hat. Sie sagen, Kinder trauern manchmal ganz anders. Inwiefern?

Was bei der Trauer von Kindern einfach bemerkenswert ist und anders als bei Erwachsenen, ist dass sie für einen Moment furchtbar traurig sein können und wie auf Knopfdruck auch wieder fröhlich. Das ist auch notwendig dafür, damit sie die Trauer überhaupt aushalten können. Besonders, wenn es um einen größeren Verlust geht,

wie etwa von Eltern oder Geschwistern. Für Eltern ist dies oft schwer, vor allem nach dem Verlust eines Kindes, weil sie denken, die Geschwisterkinder trauern überhaupt nicht. Denn sie zeigen gar nicht die Trauer, die Eltern sich so vorstellen. Aber für die Kinder ist es in dem Moment die richtige Form, mit der Trauer umzugehen.

Sie haben mal geschrieben, dass viele Kinder oft personifizierte Vorstellungen vom Tod haben. Oft ist der Tod so etwas wie ein Komplize des Teufels, der die Bösen holt. Wie kommen Kinder auf so etwas?

Bei größeren Kindern, also Acht- bis Neunjährigen, hängt das viel mit dem zusammen, was sie im Fernsehen sehen. Bei Zeichentrickfilmen ist der Tod oftmals etwas Böses. Auf der anderen Seite machen sie sich diese Bilder, um sich selber zu schützen: »Ich bin ja brav, mir kann so etwas nicht passieren«. Um mit dem Tod auch besser umgehen zu können, legen sie sich so eine eigene Welt zurecht.

Warum ist der Tod bei uns so ein Tabu-Thema?
Weil die Menschen einfach Angst davor haben. Darum blenden sie es lieber aus. Ich erlebe es auch in der Klinik, dass den Menschen ganz komisch zumute wird, wenn ihre Angehörigen im Sterben liegen. Auch, wenn der Mensch krank ist und das Sterben vielleicht eine Erlösung ist.

Glauben Sie, es ist möglich dem Tod den Schrecken zu nehmen und zu vermitteln, dass er auch etwas Sinnhaftes oder letztlich Gutes haben kann?

Das ist Kindern, glaube ich, nur schwer klarzumachen. Ich denke, in unserer Gesellschaft gehört der Tod einfach nicht mehr zum Leben dazu und das macht es dann auch schwer.

Warum können manche Menschen den Tod besser annehmen als andere?

Das hängt damit zusammen, wie man sich damit auseinandersetzt. Und ob für mich der Tod ein Bestandteil des Lebens ist, und ob auch in Familien über den Tod geredet wird, und zwar nicht nur dann, wenn jemand stirbt. Das heißt nicht, dass man dann nicht auch furchtbar traurig ist, wenn die Großeltern sterben, aber es gehört zum Leben dazu und es ist dann auch keine Überraschung, wenn ein 90-jähriger stirbt. Was für viele ja ganz erstaunlich ist, wenn ein alter Mensch stirbt.

In anderen Kulturen haben die Menschen ein ganz anderes Verhältnis zum Tod. In Mexiko beispielsweise gibt es den 'Dia de los muertos', den Tag der Toten, an dem die Mexikaner zu Ehren

der Toten mit Süßigkeiten, Musik und Schnaps auf den Friedhof pilgern und feiern. Wie finden Sie das?

Ich denke, es ist einfach eine ganz andere Form mit dem Tod umzugehen, die in unserer Gesellschaft unüblich ist, die aber, glaube ich, das Trauern erleichtert. Ich würde mir jetzt deshalb nicht wünschen, dass wir es so machen wie in Mexiko, weil es zu uns eben nicht passt. Aber, dass man mit dem Tod anders oder wieder so wie zur Zeit meiner Großeltern umginge, würde ich mir wünschen. Als man die Menschen zuhause aufgebahrt hat, so dass jeder, auch die Kinder, Abschied nehmen konnte. Der Verstorbene war drei Tage lang zuhause und man konnte sehen, wie er sich auch körperlich verändert. So dass man auch wirklich sagen konnte, es ist nicht mehr die Oma, mit der ich gespielt hab, sondern sie ist jetzt tot und man sieht es auch. Sie sieht anders aus als im Leben. Diese Erfahrung fehlt vielen Erwachsenen und Kindern natürlich erst recht. Viele Eltern glauben, man könne Kindern so etwas nicht zumuten. Was einfach nicht stimmt. Auch ganz kleine Kinder hätten einen ganz natürlichen Umgang mit den Tod, wenn man sie ließe. Es sind immer die Erwachsenen, die glauben, sie müssten die Kinder schützen. Es ist aber gar kein Schutz. Man nimmt ihnen eher etwas weg.

Kann man mit Kindern das Trauern üben?

Ich bin mit der Formulierung »üben« nicht so glücklich, aber bleiben wir mal dabei.

Sie können es dadurch üben, indem sie mit den ersten Verlusten, wie dem eines Haustieres, gut zurechtkommen. Man sollte also nicht gleich ein neues Tier anschaffen. Wenn es irgendwie möglich ist, sollte man das Tier beerdigen, dem Ganzen einen guten Rahmen geben. Wichtig ist, die Trauer der Kinder in dieser Situation ernst zu nehmen.

Gibt ihrer Erfahrung nach einen Unterschied, wenn ein trauerndes Kind aus einer religiösen oder nicht-religiösen Familie kommt?

Der Unterschied sind vielleicht die Jenseitsvorstellungen. Eltern, die religiös geprägt sind, können mit ihren Kindern anders über den Tod reden als wenn sie sagen, nach dem Tod ist alles aus. Wobei ich die Kinder zunächst einmal fragen würde, wie sie es sich selbst vorstellen, bevor ich mit meinen Vorstellungen käme. Gerade Kinder im Grundschulalter interessiert aber meistens das ganz Praktische. Wie sieht ein Sarg innen aus oder was passiert mit dem Verstorbenen. Wie ist das, wenn dann die Würmer kommen? Das sind Dinge, die Kinder wirklich brennend interessie-

ren, über die aber Erwachsene oft Schwierigkeiten haben zu reden. Auch Sätze wie, ›Oma, du bist alt, du stirbst sicherlich auch bald‹. Für manche Omas ist das etwas Kränkendes, was das Kind überhaupt nicht will, sondern es stellt einfach fest, alte Menschen sterben.

Manchmal sterben aber auch Menschen schon ganz jung.

Ich denke, es ist wichtig, Kindern zu sagen, dass normalerweise die alten Menschen vorher sterben, aber dass es auch Situationen gibt, wo junge Menschen sterben können. Bei einem Verkehrsunfall oder wie auch immer. Dann kommt meistens die Frage: ›Mama, wirst Du auch sterben?‹ Als Mutter kann man sagen: ›Ich tu alles, was in meiner Macht steht, dass ich nicht sterben werde.‹ Aber man kann auch einem kleineren Kind sagen, ›Letztenendes haben wir es nicht in der Hand. Wir können von uns aus alles tun, dass nichts passiert. Die Gewissheit haben wir leider nicht.‹

Haben Sie eine Vorstellung von einem idealen Friedhof, der den Toten und Hinterbliebenen gerecht wird?

Was ich sicher gut fände wäre, wenn jeder sein Grab so gestalten könnte, wie er möchte. Was oft nicht möglich ist. In München beispielsweise haben die verwaisten Eltern jahrelang darum gekämpft, dass an den Gräbern Fotos der Kinder angebracht werden dürfen. Die Stadt meinte aber, man könne das den anderen Menschen nicht zumuten. Inzwischen ist es erlaubt. Ich finde

schade, dass auf vielen Friedhöfen die Kindergräber nicht so geschmückt sein dürfen, wie die Eltern oder auch die Freunde es möchten. Wenn Sie mal so ein richtig bunt geschmücktes Kindergrab sehen, da haben die Eltern ihre ganze Liebe, die sie auch für das lebende Kind hatten, hineingelegt. Da fände ich es besser, wenn es da einen etwas offeneren Umgang gäbe.

Ich habe schon den Eindruck, dass die Tabuisierung des Themas langsam aber sicher aufgebrochen wird.

Ja, es tut sich wirklich viel. Es gibt auch mittlerweile viele gute Kinderbücher. Man merkt generell, dass das Thema Sterben durch die Hospiz-Bewegung, aber auch durch die verwaisten Eltern, mehr Thema in unserer Gesellschaft wird. Aber es ist immer noch zu wenig. Wenn ich so an die Erfahrungen von trauernden Eltern denke, merke ich, dass noch viel zu tun ist.

Text/Interview: Sofie Buchwald

Zur Person:

Christine Fleck-Bohaumilitzky ist seit fast 13 Jahren als Gründungsmitglied im Bundesverband Verwaister Eltern in Deutschland e. V. in verschiedenen Vereinsfunktionen aktiv. Seit über 15 Jahre begleitet sie Eltern, die ihre Kinder verloren haben und trauernde Geschwister. Die katholische Theologin arbeitet ebenfalls als Klinikseelsorgerin und ist Verfasserin von Ratgebern für verwaiste Eltern und Geschwister. Die Mutter von zwei erwachsenen Töchtern gehört zu den wenigen Autoren, die sich auch des Themas trauernder Kinder angenommen haben.

In: Grünschnabel, Magazin für Familie und Stadt kultur in Bremen, Bremerhaven und umzu. Mai 2010, S. 52f.

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

77

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

HILFREICHE UND INTERESSANTE TEXTE FÜR DIE TRAUERARBEIT

Interview über Geschwistertrauer

Liebe Frau Wehr,

Sie sind Dipl. Psychologin und Trauerbegleiterin schwerpunktmaßig für Kinder und Jugendliche. Es wird inzwischen einiges zum Thema Elterntrauer geschrieben und gesprochen, aber immer noch wenig zur Geschwistertrauer. An was kann das liegen?

Es gibt zwei Gründe, zum einem, dass Eltern, die ihr Kind betrauern, im Fokus der Beachtung, des Mitgefühls und der Unterstützung stehen und zweitens wir Erwachsene uns prinzipiell schwer tun, Bedürfnisse von trauernden Kindern wahrzunehmen, weil sie andere Reaktionen zeigen und weil es uns schwer fällt, die Not und Trauer von Kindern auszuhalten. Wir wollen Kinder glücklich und fröhlich sehen und sie beschützen vor Leid und Schmerz.

Dabei haben Geschwisterkinder nicht nur den Tod des Geschwisters zu beklagen, sondern auch die Eltern, wie sie sie bisher kennen. Nach Frau Kübler-Ross sind Geschwisterkinder die, die am massivsten betroffen sind, und zwar in vierfacher Hinsicht:

1. Die Schwester, der Bruder ist verstorben
2. die Eltern sind nicht mehr die gleichen
3. der Familienalltag ist zuerst meist völlig auf den Kopf gestellt
4. im Familiensystem tritt eine Änderung ein – die Geschwisterkonstellation hat sich verändert – ein Geschwisterkind wird z. B. zum einzigen lebenden Kind in der Familie.

Aus meiner Erfahrung heraus glaube ich auch, dass vor allem jüngere Geschwister in ihrem Urvertrauen erschüttert sind. Am Anfang stehen

trauernde Eltern der Herausforderung, ihre Kinder zu begleiten, oft ratlos gegenüber.

Frau Wehr, was können Berater, was können die Eltern tun?

Ein erster Schritt ist, die Eltern über Trauerreaktionen gemäß des Entwicklungsstandes von Kindern und Jugendlichen zu informieren. Dabei ist wichtig, das Alter und den Entwicklungsstand der Kinder sowie das Trauerverhalten in der Familie zu beachten.

Ein nächster Schritt wäre, die Eltern zu stärken und gemeinsam mit ihnen herauszufinden, was sie (oder vertraute Personen) in der aktuellen Situation unterstützend tun können. Ist im sozialen Umfeld keine Möglichkeit vorhanden, so ist eine professionelle Begleitung wichtig, immer jedoch in enger Anbindung und Absprache mit den Eltern.

Was empfehlen Sie Eltern in Bezug auf trauernde Geschwister?

Die Eltern sollten versuchen, mit den Kindern sowohl gemeinsam als Familie Rituale zu entwickeln, wie z. B. ein gemeinsames Essen, und

gleichzeitig auch die individuellen »Trauerbedürfnisse« des Einzelnen respektieren zu lernen. Wichtig ist auch, die Kinder zu ermuntern, ihrer Trauer auf verschiedene Weise Ausdruck zu verleihen und sie hierbei zu begleiten, d. h. Zuhören, Dasein und gemeinsames Aushalten.

Wann ist aus ihrer Sicht professionelle Hilfe nötig?

Wenn Kinder oder Jugendliche über einen längeren Zeitraum kein Interesse mehr an Aktivitäten zeigen, die ihnen früher Spaß gemacht haben, und längere Zeit zurückgezogen wirken, wenn Leistungsabfall, Realitätsverlust und Selbstgefährdung, Schlafstörungen, Essstörungen auftreten, wenn Symptome durchgängig und länger anhaltend bleiben. Oder wenn sie gefühlsmäßig nicht erreichbar sind. Wir sollten uns jedoch immer wieder deutlich machen, dass Trauern an sich keine Krankheit ist.

Claudia Schmid

Wir danken dem Verein Verwaiste Eltern München für die Abdruckerlaubnis dieses Interviews. Er ist im Wegbegleiter 1/2010, S. 5f. erschienen.

Interview mit Herrn Gregor Metzger zur Trauer bei erwachsenen Geschwistern

Herr Metzger, Sie leiten seit 2006 die Geschwistergruppe für erwachsene Geschwister ab 18 Jahren an der Geschäftsstelle. Was war Ihre Motivation die Gruppe zu begleiten?

Nach dem Tod meines Bruders Christian im Dezember 2002 fand ich in der Geschwistergruppe der Verwaisten Eltern München e.V. einen Ort und eine Gruppe von Menschen, die mir unglaublich dabei geholfen haben, mich mit dem Unaussprechlichen, dem Schmerz und meinem zerbrochenen Vertrauen in das Leben auseinanderzusetzen. Ich fühlte mich geborgen und verstanden. Es war schön, unter Menschen sein zu können, die sich mit ähnlichen Fragen, Ängsten und Zweifeln konfrontiert sahen, vor denen Menschen, die nicht betroffen sind, eher ausweichen. Hinzu kam, dass ich durch den Tod meines Bruders eine quälende soziale Isolation erlebte.

Nach über zwei Jahren als Teilnehmer wollte ich etwas zurückgeben. Das Schöne ist, dass ich bis heute auch als Begleiter der Gruppe sehr viel von meinen Teilnehmern lerne, immer wieder aufs Neue.

Außerdem bin ich so im Kontakt mit meinem Bruder und meiner eigenen Trauer. Trauer hat sich

dabei für mich sehr verändert. Sie ist eine Kraft geworden, die mich zurück ins Leben geführt hat und mich immer wieder fragt: »Gregor, was willst du mit Deinem Leben machen? Was macht Sinn?« Die Arbeit mit Trauernden ist inzwischen auch zu meinem Beruf geworden, da ich nun als psychotherapeutischer Trauer- und Krisenbegleiter in eigener Praxis arbeite.

Was veranlasst trauernde Geschwister die Gruppe aufzusuchen?

Die Ereignisse, die betroffene Geschwister zu uns führen, sind unterschiedlich. In den meisten Fällen liegt der Verlust erst ein paar Wochen oder Monate zurück, in einigen Fällen sind es aber Jahre. Unabhängig davon ist es eigentlich immer das Bedürfnis, die Trauer und die damit aufgeworfenen Fragen teilen zu können, sich mitteilen zu dürfen ohne sich zurücknehmen zu müssen und darauf vertrauen zu können, in der Gemeinschaft anderer Betroffener aufgefangen zu werden.

Welche Themen beschäftigen erwachsene trauernde Geschwister ihrer Meinung nach?

Ein überspannendes Thema ist beispielsweise der alles verzehrende »Phantomschmerz« der Trauer.

Ähnlich wie bei einem abgetrennten Körperteil, das trotzdem noch zu schmerzen scheint, schmerzt uns auch die »abgetrennte« Beziehung zu unserem verloren gegangenen Mitmenschen, die nun unerwiderte Liebe oder Zuneigung, unbewältigte Beziehungsthemen und Konflikte oder ungelebte gemeinsame Lebensschritte und Träume. Es ist mir ein wichtiges Anliegen, deutlich zu machen, dass der Bruder oder die Schwester zwar gegangen ist, damit aber nicht die Beziehung zu ihm oder ihr stirbt, sondern weiterhin lebendig und Entwicklungsfähig sein kann. Hinzu kommt oftmais eine erlebte Abtrennung vom Leben »da draußen«. Weil alles in Frage gestellt wird, auch die eigene Zukunft. Diese Entfremdung gegenüber dem »normalen« Leben geht sehr oft auch mit einer starken sozialen Isolation einher. Einerseits, weil der Trauernde sich zurückzieht, andererseits weil sich viele Bekannte und Freunde ihrerseits von dem Trauernden zurückziehen, aus eigener Unsicherheit oder weil eigene ungelöste Fragen im Kontakt mit der Trauer des Anderen aufgeworfen werden. Sehr schmerhaft für die Betroffenen ist es, wenn dieser Bruch durch die eigene Familie oder Partnerschaft geht. Zu erleben, dass das Thema Verlust in vielen Lebensbereichen ein unerwünschtes Thema ist, verstärkt diese Entfremdung von der vermeintlich »normalen« Welt und geht daher einher mit Gefühlen des Verlorengehens, Verrücktwerdens und einer Trauer um das eigene verlorene Leben. Angst, Wut und Trauer sind in diesem Zusammenhang ganz natürliche und auch gesunde Reaktionen des Betroffenen und werden ebenfalls in der Gruppe thematisiert, weil sie als inadäquat, unpassend, verrückt und unverständlich empfunden werden. Schließlich tragen viele Geschwister noch schwer daran, dass Geschwistertrauer manchmal eine geringere Aufmerksamkeit entgegen gebracht wird als der Elterntrauer – Geschwister werden sehr oft von Angehörigen oder Außenstehenden schlicht übersehen und bekommen daher weniger Zuwendung und Aufmerksamkeit. Der Betroffene hat ja »nur« ein Geschwisterteil verloren, anders als eine Mutter, die ihr Kind verloren hat, was in der gesellschaftlichen Aufmerksamkeit »schwerer« wiegt.

Wie verändert sich das System Familie nach dem Tod des Geschwisters?

Eine Familie ist wie ein komplexes Mobile, bei dem allerdings jedes Element mit dem jeweils anderen verbunden ist. Diese Verbindungen weisen die unterschiedlichsten Eigenschaften auf: Sie können kurz, dick und starr, aber auch lang,

dünn und flexibel sein. Diese Verbindungen oder Beziehungseigenschaften haben sich im Laufe des Zusammenlebens und aufgrund der Aufgaben und Rollen, die die Personen innerhalb des Familiengefüges eingenommen haben, eingespielt – sie sind vertraut und damit Ausdruck und Inbegriff von »Normalität« und »Heimat«. Wenn ein Mensch aus diesem Gefüge gerissen wird – alle Verbindungen zu diesem Element werden gekappt und das Element entfernt – hat das zur Folge, dass sich auch alle anderen Beziehungen zueinander, aber auch die Positionen innerhalb des Gesamtgefüges verändern. Was vorher »oben« war, kann plötzlich »unten« sein, vormals flexible Beziehungen sind gespannt, manche reißen oder brechen, Elemente die vorher weit entfernt waren, sind nun sehr nahe etc. Übertragen auf die Familie bedeutet das, dass nicht nur der reine Verlust des Familienmitglieds verarbeitet werden muss, sondern auch der Verlust der »Normalität« innerhalb der Familie, indem eine neue »Realität« und ein neues Funktionieren innerhalb der Familie gefunden und aufgebaut werden müssen. Sehr oft kommen hier zusätzlich Familien- oder Partnerschaftsthemen an die Oberfläche – auch mehrgenerationale – weil die bisherigen Mechanismen nicht mehr funktionieren oder nicht mehr ausreichen. Es ist auch zu beobachten, dass nicht selten eine Tochter – meistens die älteste – die Rolle der Mutter übernimmt, wenn diese unter der Trauer zusammenzubrechen droht, indem sie sich die Gesamtverantwortung für den Zusammenhalt der Familie und die Pflege der Eltern zuschreibt. Hält diese unausgesprochene Rollenübernahme an, führt dies mittelfristig dazu, dass die Töchter ihrerseits erschöpft zusammenbrechen. Erwachsene Söhne hingegen reagieren aus emotionaler Überforderung sehr oft mit Distanzierung zur Familie, verbunden mit Schuldgefühlen, die sich in Wut ausdrücken. Die individuellen Ausdrucksformen von Trauer sind sehr oft die Ursache für Entfremdung innerhalb einer Familie oder einer Partnerschaft. Ebenso die Unterschiede zwischen weiblicher Trauer, die eher nach außen gerichtet und emotional ist, und männlicher Trauer, die eher nach innen gekehrt ist und nach Ablenkungsstrategien sucht. Diese Unterschiede sind auch durch gesellschaftliche Konventionen untermauert und daher erwünscht oder sanktionierte – kurz gesagt, Frauen dürfen und können eher weinen und öffentlich trauern, Männer müssen eher stark sein und funktionieren. Ich denke, männliche Trauer ist ebenso wie Geschwistertrauer in vielerlei Hinsicht in der Gesellschaft

noch unverstanden. Ebenso führen Trauerunterschiede über die Generationen zu Verwerfungen. Die älteren Generationen suchen und finden Unterstützung in Bräuchen und Ritualen, die für die jüngere Generation kaum noch Bedeutung besitzen. Dafür entwickelt sich hier eine parallele Trauerkultur beispielsweise im Internet. Ob das gut ist oder nicht, möchte ich nicht bewerten, es ist einfach so. Eine große Herausforderung für jeden, der mit einem Verlust konfrontiert wird, ist es, erst einmal zu lernen, wie er ganz persönlich trauern kann. Das lernt niemand in der Schule, sondern im Idealfall zu Hause, von Kindesbeinen an. In einer Gesellschaft, die aus Kleinfamilien besteht und das Thema Tod in entfamiliisierte Heime drängt, ist das allerdings kaum mehr möglich. Erwachsene Geschwister werden durch den Verlust eines Geschwister-teils in vielen Fällen in einer Lebensphase »erwischt«, in der sie eh schon sehr belastet sind. Zwischen dem 20. und 40. Lebensjahr sind in unserer Kultur jene Jahre, in denen Heranwachsende ihre Identität als Erwachsene ausbilden. Es ist eine Phase mit vielen Unsicherheiten und voller Entscheidungen, die zu treffen sind: Abnabelung von zu Hause, Ausbildung, Berufseinstieg, Familiengründung, Kinder, Existenzsicherung, Karriere, Jobwechsel, Arbeitslosigkeit etc. Es ist eine Zeit, die voll von Herausforderungen, Leistungsdruck und Prüfungen ist, eine Zeit sozialer Konkurrenz und Verdrängung, insbesondere in wirtschaftlich unklaren Zeiten. Wo bleibt da die Zeit für Trauer? Es verwundert nicht, dass viele Betroffene unter den gesellschaftlichen Anforderungen dieser Lebensphase auf der einen und der Trauer auf der anderen Seite aufgerieben werden. Ich muss manchmal innerlich schmunzeln, wenn ich gefragt werde, wie richtig zu trauern sei und was dabei alles getan werden müsse, um wieder der zu sein, der man vorher war – ganz im Sinne einer Check- oder To-Do-Liste, um ein Projekt zum Abschluss zu bringen.

In meiner Praxis erlebe ich immer wieder, wie problematisch es ist, wenn in der Folge des Verlustes Überidealisierungen durch Eltern auftreten, entweder, wenn der Verstorbene idealisiert wird, was sehr oft beim ältesten Sohn der Fall ist und zu einer tief verletzenden Zurücksetzung und Marginalisierung der »Übrigbleibenden« führt, oder aber wenn die zurückbleibenden Kinder von den Eltern fortan übermäßig beschützt werden und die Last aller Zukunftshoffnungen und elterlichen Erfüllungssehnsüchte auferlegt bekommen.

Was verändert sich in der eigenen Lebensgestaltung nach dem Tod des Geschwisters?

Das lässt sich allgemeingültig kaum sagen, da das von der Lebensphase des betroffenen Geschwisternteils abhängt, wie ich eingangs sagte. Interessant ist es auf alle Fälle, dass Trauer in jedem Falle etwas sehr individuelles ist und unterschiedlichste Ausdrucksformen sucht. Ebenso ist es interessant, dass manche Menschen »bereichert« und »gereift« aus diesem Lebenseinschnitt herausgehen, während andere »geschwächt«, gar »gebrochen« sind und den Verlust niemals zu überwinden scheinen. Wobei ich ganz klar feststellen möchte, dass diese Bewertungen wenig aufschlussreich sind, da auch die Dauer der Trauer etwas sehr individuelles ist und somit der Zeitpunkt, an dem diese Feststellung getroffen wird, entscheidend ist. Das sogenannte »Trauerjahr« ist hier nur eine grobe Orientierung mit starken Abweichungen. Ich kann für mich sagen, dass ich persönlich weitaus länger als ein Jahr im üblichen Sinn getrauert habe. Darüber hinaus ist Trauer auch kein Phänomen, das sich in seiner Intensität linear abfallend verhält, sondern eher in sich abschwächenden Wellen verläuft und selbst lange nach dem Verlust an Jahrestagen oder dem Erreichen einer symbolbesetzten Wegmarke im Leben des Betroffenen erneut heftig auftreten kann, beispielsweise, wenn ein Lebensalter erreicht wird, das der Verstorbene nicht mehr erreichen durfte. Aber alle machen die Erfahrung, dass sich die Trauer verändert und sie dann mehr ist als der dumpfe Schmerz der ersten Monate.

Wie Sie sagten, wird häufig nur an die trauernden Eltern gedacht, aber nicht an die trauernden erwachsenen Geschwister, was müsste geschehen, damit diesem Aspekt mehr Beachtung geschenkt wird?

Geschwistertrauer wird vor allem in jenen Familien oder Beziehungsstrukturen übersehen, in denen das Thema Trauer ohnehin tabuisiert und vermieden wird. Wobei nicht nur die Geschwister die Leidtragenden sind, sondern alle Beteiligten. Unter diesen Bedingungen macht es allerdings auch wenig Sinn, auf Geschwistertrauer hinzuweisen, da deren Ausblendung ja nicht aus böser Absicht geschieht, sondern aus für das Beziehungssystem überlebensrelevanten Gründen nicht zugelassen werden kann. Hier muss an der Ursache des Tabus angesetzt werden, die beispielsweise in einem familiären Trauma liegen können. Dazu bedarf es allerdings einer familientherapeutischen Intervention, das kann die

Geschwistergruppe alleine nicht leisten. Ich halte es auch für wichtig, dass in der Öffentlichkeit mehr zum Thema Geschwistertrauer informiert wird. Dass hier ein Defizit besteht, lässt sich daran ablesen, dass es meines Wissens nur eine handvoll Geschwistertrauergruppen in Deutschland gibt. Die Verwaisten Eltern selber haben zwei, eine in Hamburg und unsere.

Welche Unterstützung würden erwachsene Geschwister sich wünschen?

Für alle ist es zuerst einmal eine große Erleichterung zu erkennen, dass sie nicht alleine sind mit ihrer Trauer! Da das Thema Tod das Prinzip unserer Leistungsgesellschaft unterminiert und es daher tabuisiert wird, entstehen bei Betroffenen Gefühle der Entfremdung, der Unzulänglichkeit, des Anders- oder des Verrücktseins. Auch Wut und Schuld kommen insbesondere bei Betroffenen von Suizid hinzu. Viele fühlen sich in ihrer Trauer nicht wahrgenommen. Es ist wichtig, dass hier ein Gegenüber für das betroffene Geschwister teil existiert, das zunächst einfach nur »da« ist und ausdrückt, dass es auch präsent bleibt und nicht flüchtet, wenn es schwierig wird. Es ist eine große Erleichterung für die betroffenen Geschwister, ihre Fragen und Gedanken mitteilen zu können und sich mit ihren Gefühlen oder ihrer Sprachlosigkeit zumutzen zu dürfen, ohne Sanktionen oder Zurückweisung befürchten zu müssen. Es ist auch wichtig, dass das Gegenüber die individuelle Art der Trauer und die Trauerverarbeitung anerkennt und respektiert. Für Eltern ist das manchmal schwierig, weil sie sich aufgrund ihrer Fürsorge, die sie für ihre auch erwachsenen Kinder empfinden, gedrängt fühlen, den Trauerprozess vermeintlich zu fördern, indem sie mit dem Kind darüber sprechen wollen. Grundsätzlich ist dieses Gesprächsangebot auch richtig, dennoch zeigt sich, dass viele Kinder ablehnend reagieren, weil sie sich unter Druck gesetzt oder bevormundet fühlen, so zu trauern, wie die Eltern das für richtig halten. Das ist ein sicheres Anzeichen dafür, dass die Trauer mit laufenden Abnabelungskonflikten oder anderen ungelösten Themen vermischt wird.

Die gemeinsame Eltern-Kind-Trauerverarbeitung ist ein Indikator dafür, wie bereits früher mit Konflikten innerhalb der Familie umgegangen

worden ist. Grundsätzlich gilt meines Erachtens, zu Hause ein Klima der Offenheit zu kultivieren, mit Rede- und Trauerritualen, zu denen jeder eingeladen ist teilzunehmen, die aber auch ohne Begründung und Verletztheitsgefühle der Teilnehmenden ausgeschlagen werden dürfen. Es ist auch wichtig für jeden in der Familie, den nötigen Anteilen an persönlich-intimer Trauer auf der einen und familiär-öffentlicher Trauer auf der anderen Seite Raum geben zu können. Das oberste Gebot lautet: »Respekt und Anerkennung für die Trauer des anderen, auch wenn sie unverständlich wirkt.«

Wie läuft der Abend in der Geschwistergruppe ab? Wir beginnen zumeist mit einer kurzen Schweigephase, um die Hektik des Tages abzustreifen und etwas zur Ruhe zu kommen. Je nachdem, ob jemand neu in die Gruppe hinzugekommen ist, stellen wir uns gegenseitig vor. Das ist auch für die Teilnehmer, die schon länger dabei sind, eine wichtige Übung, um zu lernen, dem Unaussprechlichen Worte zu geben. Für die Hinzugekommenen bildet das wiederum die Grundlage für ihr Vertrauen in die Gruppe. Während der Vorstellungsrunde sammeln wir auch die aktuellen Befindlichkeiten sowie Themen und Fragen der Teilnehmer, denen wir uns dann gemeinsam zuwenden. Jeder Teilnehmer hat etwas beizutragen, von dem ein anderer etwas lernen kann, und es ist mir wichtig, dass auch gelacht werden darf. Lachen und Humor sind wichtige Ressourcen, die jeder von uns in sich trägt. Wir sind in der Regel acht bis zehn Teilnehmer und somit sind die zweistündigen Treffen eng gepackt, aber es ist wichtig, dass alles zur Sprache kommen darf, was Platz haben soll. Nach einem Abschlussritual oder einer kurzen Befindlichkeitsrunde gehen wir dann nach zwei Stunden auseinander, nachdem wir uns dann meistens noch mal gegenseitig in den Arm genommen haben. Zweimal im Jahr treffen wir uns außerdem noch zu einem gemeinsamen Wandertag.

Das Interview wurde geführt von Claudia Schmid, Mai 2010

Wir danken dem Verein Verwaiste Eltern München e. V. für die Abruckerlaubnis. Erstabdruck in gekürzter Fassung im Wegbegleiter 2, Sommer 2010.

RUNDBRIEF
14
OKTOBER 2010

81

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

HILFREICHE UND INTERESSANTE TEXTE FÜR DIE TRAUERARBEIT

Wir freuen uns auf Ihre Beiträge für den nächsten Rundbrief!

Liebe trauernde Mütter, Väter und Geschwister, ich möchte Ihnen von meiner Dissertation zur Bestattung in der Schwangerschaft verstorbener Kinder berichten, in der Hoffnung, dass meine Arbeit vielleicht dazu beiträgt, das Bewusstsein in der Öffentlichkeit für die Trauer der Eltern und Geschwister über den Tod dieser Kinder noch mehr zu schärfen.

Im nachhinein frage ich mich manchmal, was mich im Alter von 35 Jahren noch bewogen hat, zu promovieren. Das Alter von Doktoranden an juristischen Fachbereichen ist im Schnitt zehn Jahre jünger. Ich bin inzwischen Rechtsanwältin und Mutter und jüngere Studenten fragten mich, was ich denn noch einmal an der Uni wolle.

Dann musste ich an dieses schöne Gedicht von Anselm Grün denken, mit dem Titel:

Wenn Du über Dein Kind nachdenkst

*Wenn Du über Dein Kind nachdenkst,
bleibe nicht bei einzelnen Erinnerungen stehen.
Frage Dich vielmehr, was es Dir
mit seinem Leben eigentlich vermitteln wollte,
was die Botschaft ist, die es Dir sagen möchte.
Welche Spur hat es in diese Welt eingegraben?
Dabei ist es völlig gleichgültig,
wie alt Dein Kind war, als es gegangen ist,
ob es vielleicht schon im Mutterleib gestorben ist.
Es geht nicht darum, das Kind loszulassen,
welche Mutter, welcher Vater könnte
sein geliebtes Kind loslassen!?
Es geht darum herauszufinden,
was die Botschaft dieses Kindes für Dich war,
wie hat es Dich verändert,
wie viel Liebe ist in Dir gewachsen,
was hat also Dein Kind aus Dir herausgeliebt?
Wie viel neue Liebe ist in Dir gewachsen.
Dein Suchen wird Dir helfen,
die Spur Deines Kindes in Dich aufzunehmen
und weiter zu tragen.*

Anselm Grün

Es war zum einen der Anblick meiner wunderbaren damals zweijährigen Tochter und die täglich Freude an ihr und zum anderen die Präsenz meiner Ängste in der Schwangerschaft, als ich sie beinahe verloren hätte, genau wie die beiden kleinen Wesen vor ihr, die mich 1999 jeweils ganz früh in der Schwangerschaft verlassen hatten. Von Bestattung, geschweige denn irgendeiner sonstigen Hilfe, war damals nicht die Rede.

Es war die Gefühlsverwirrung, dass ich nicht begreifen konnte, von welchen (scheinbaren?) Zufällen unser Leben eigentlich abhängt. Es war die Wut, dass es einigen Kindern einfach nicht gegönnt ist, zu tanzen, zu lachen, die Welt zu entdecken, wie anderen Kindern. Die Welt müsste doch stillstehen beim Tod dieser Kinder! Nur einen Moment! Doch die Welt dreht sich weiter, und dann steht man beim Kinderarzt und unterhält sich über das Für und Wider von Fluorid-Tabletten und soll tun, als sei nichts gewesen.

Mein Weg führte mich zu unserem Krankenhausseelsorger, der mir sehr half. Ich nahm 2007 an einer gemeinschaftlichen Bestattung in der Schwangerschaft verstorbener Kinder teil und konnte zumindest symbolisch von meinen zwei kleinen Wesen Abschied nehmen. Ich begriff für mich, dass die Anteilnahme des Krankenhauses, hätte sie es damals in demselben Maße wie im Jahr 2007 gegeben, für mich einen gewaltigen Unterschied gemacht hätte. Aus meinen Erlebnissen entstand die Idee über die Entwicklung des Bestattungsrecht in diesem Bereich zu schreiben. Und so wurde daraus das Buch, das jetzt wie folgt vorliegt:

Cathleen Severin

Die Rechtsstellung der Eltern und die Rechtslage verstorbener Kinder im Falle von Fehlgeburt und Schwangerschaftsabbruch

Verlag Dr. Kovač, Medizinrecht in Forschung und Praxis, Bd. 23. Hamburg, 2010, 370 Seiten.
ISBN: 978-3-8300-4943-2

Zum Inhalt nehme ich auf das Verlagsprogramm Bezug, (<http://www.verlagdrkovac.de/978-3-8300-4943-2.htm>):

»Die Bestattungsrechtslage im Hinblick auf Fehlgeburten, Totgeburten und Leibesfrüchte aus Schwangerschaftsabbrüchen ist seit Ende der 1990er Jahre gesetzgeberischen Änderungen unterworfen. Teilweise anknüpfend an bereits vielerorts in Deutschland praktizierte gemeinschaftliche Bestattungen dieser Kinder statuerten viele Landesgesetzgeber weitergehende Rechte und Pflichten betroffener Eltern.

Die Verfasserin fasst zunächst die in Deutschland bestehende unübersichtliche Rechtslage mit Stand Februar 2009 zusammen und bringt diese in eine Übersicht. Angeknüpft wird dabei an die Einteilung von Embryonen und Fötten nach

Gewicht oder Schwangerschaftsalter. Die Untersuchung der Verfassungsmäßigkeit der einzelnen landesrechtlichen Vorschriften unter verschiedenen Gesichtspunkten schließt sich an. Im Fokus stehen insbesondere die zum Teil bei 500 Gramm, zum Teil bei 1.000 Gramm Geburtsgewicht angesiedelten Gewichtsgrenzen toter Leibesfrüchte und eine sich hieran orientierende Trennung in Bestattungzwang und Bestattungsrecht. Kritisch betrachtet werden auch die zum Teil in einigen Landesgesetzen noch vorgesehene 'Beseitigung' dieser Leibesfrüchte, die Bestattungspflicht medizinischer Einrichtungen, die Behandlung abgetriebener Leibesfrüchte im Bestattungsrecht und die Verwendung toter Leibesfrüchte zu medizinischen, pharmazeutischen und/oder wissenschaftlichen Zwecken. Im Rahmen der Rechtsstellung der Eltern setzt sich die Verfasserin insbesondere mit einer teilweise von den Gesetzgebern vorgesehenen Pflicht der medizinischen Einrichtung, Eltern über ihr Bestattungsrecht und einen unter Umständen bestehenden Bestattungzwang zu informieren, auseinander.

Die Arbeit enthält einen Anhang, der die wesentlichen gesetzlichen Vorschriften auszugsweise wiedergibt. Die Verfasserin legte großen Wert auf einen nahen Praxisbezug. Es erfolgten Recherchen bei verschiedenen Vereinen der 'Verwaisten Eltern' in Deutschland sowie der 'Initiative Regenbogen', Seelsorgern, Hebammen und Trauerbegleitern.

Die Verfasserin referierte im November 2009 in München auf der Fachtagung 'Wenn das Leben mit dem Tod beginnt' zum frühen Tod von Kindern in der Schwangerschaft, bei der Geburt und in der ersten Zeit nach der Geburt, initiiert vom Verein 'Verwaiste Eltern München e.V.'.

Auf der erwähnten Fachtagung in München hat sich ergeben, dass in rechtlicher Hinsicht noch längst nicht alle Fragen geklärt sind. Aber die ersten Schritte sind gegangen. In allen Bundesländern gibt es Regelungen zur Bestattung in der Schwangerschaft verstorbener Kinder. Teilweise sind seit Februar 2009 schon wieder Gesetze geändert und weiterentwickelt worden. Und sie können sich nur zum Besseren verändern, wenn wir immer wieder auf nicht zufriedenstellende oder fehlende Regelungen aufmerksam machen.

Hamburg, August 2010, Dr. Cathleen Severin

Handlungsmotive des Bundesverbandes Verwaiste Eltern in Deutschland e. V.

20.000 Kinder und junge Erwachsene sterben jährlich, 20.000 stille Katastrophen - Jahr für Jahr.

Kinder sterben durch Krankheiten, Unfälle, Gewaltverbrechen, scheiden aus dem Leben, an dem sie verzweifeln.

Zurück bleiben Mütter, Väter, Geschwister, Großeltern und Freunde. Das gewohnte Leben ist in seinen Grundfesten erschüttert, die Persönlichkeit und Familienstruktur gerät aus dem Gleichgewicht und muss neu gefunden werden.

Jährlich stehen ca. 100.000 Betroffene vor den Scherben ihres Lebensinhaltes, Ideale, Zukunftspläne, Lebensinhalte sind verrückt. Wie soll es weitergehen? Das ist die Frage, der Tod eines Kindes bedeutet eine Familienkrise - und zwar langfristig ...

Untersuchungen haben erschreckend deutlich gemacht, wie viele psychische und körperliche Erkrankungen im Zusammenhang mit frühen Traumata durch den nahen Tod eines Menschen entstehen.

Hier beginnt die Arbeit des Bundesverbandes Verwaiste Eltern e.V. (VEID) vor Ort.

Betroffene finden sich zusammen in Selbsthilfegruppen möglichst in der Nähe der Lebens- und Wohnsituation, erfahren Verstehen, Begegnung und Hilfe ...

Inzwischen gibt es über 500 örtliche Selbsthilfegruppen, die sich jeweils zusammenfinden und auch im Netzwerk des Bundesverbandes Verwaiste Eltern e.V. austauschen und später auch engagieren.

(Auszug aus dem Flyer des Bundesverbandes.)

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010
14

83

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

HILFREICHE UND INTERESSANTE TEXTE FÜR DIE TRAUERARBEIT

 **Bundesverband
Verwaiste Eltern
in Deutschland e.V.**

Mitglied im PARITÄTISCHEN Gesamtverband

An der Verfassungslinde 2 • D-04103 Leipzig
Fon: 0341/946884 • Fax: 0341/9023490
E-Mail: kontakt@veid.de • Internet: www.veid.de

Verschiedene Projekte

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010
14

84

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

VERSCHIEDENE PROJEKTE EINZELNER VEREINE, GRUPPEN ODER PERSONEN

Immer wieder führen einzelne Vereine, Gruppen oder auch Personen Projekte durch, die in irgendeiner Form Themen trauernder Eltern und Geschwister zum Inhalt haben. Einige davon sollen nun vorgestellt werden:

Kinderhospiz Jona

Ensemble Siris Welt

präsentieren:

Siris Reise

oder Wo ist der Weg zur Ewigkeit?

Musik- und Tanztheater über Abschied, Trauer, Tod und Hoffnung

Entwickelt mit den Jugendchören der evangelisch-reformierten Kirchengemeinden Neuenkirchen und Bremen Rekum in Zusammenarbeit mit dem Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland (VEID).



Samstag, 04.09.2010

**Kulturzentrum Schlachthof,
Kesselhalle, Findorffstr.51, 28215 Bremen**

Uhrzeit: 16 Uhr

Einlass: 15.30 Uhr/Theaterkasse: ab 15 Uhr

Eintritt: 12 Euro, erm. 8 Euro (für Schüler/Studenten, Erwerbslose, Rentner)

Vorverkauf:

Kulturzentrum Schlachthof, Tel.: 0421-377750
Kinderhospiz Jona, Tel.: 0421-6381269



Siri, die Kleine Seele, ist frei und begibt sich auf die Suche nach der Ewigkeit. Unterwegs trifft sie Gefährten, die sich ihrer Reise anschließen, alle mit ihren eigenen Fragen unterwegs. Gemeinsam kommen sie zum Großen Ginkgo – älter als die Zeit – und finden eigene Antworten auf ihre Fragen.

Für Antworten auf deine Fragen schau doch mal nach unter www.siris-reise.de

Dazu entstand das CD-Buch „So weit vor deiner Zeit“ mit dem Bonus-Track „Siris Reise oder Wo ist der Weg zur Ewigkeit?“

**RUNDBRIEF
OKTOBER 14**

85

**»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«**

VERSCHIEDENE PROJEKTE EINZELNER VEREINE, GRUPPEN ODER PERSONEN

**Idee und Geschichte:
Karin Grabenhorst**

**Musikalische Leitung:
Hauke Scholten**

**Choreografie und Bühnenarbeit:
Alexander Hauer**

**Komposition:
Paul Bialek**

**Schauspiel, Gesang und Tanz:
Die „Lerchen“ und „Turmfalken“**

Veranstalter:



www.kinderhospiz-jona.de

Wir begleiten Familien mit lebensverkürzend erkrankten Kindern in ihrem Zuhause, um die Familien in ihrem schweren Alltag zu entlasten und zu unterstützen. Die individuelle Begleitung erfolgt durch speziell ausgebildete ehrenamtliche Mitarbeiter. Die Inanspruchnahme des Dienstes erfolgt unbürokratisch und ist für die Familien kostenfrei.

unterstützt von:





Projektbeschreibung des Musiktheaters **SIRIS Reise oder Wo ist der Weg zur Ewigkeit?**

Ziel ist es, mit der Geschichte über Abschied, Trauer, Tod und Hoffnung aus dem Blickwinkel der Kleinen Seele Siri nachzudenken, um öffentlich ins Gespräch zu kommen und präventiv zur Enttabuisierung dieser LEBENSTHEMEN beizutragen.

In ihrer Arbeit mit trauernden Eltern und Geschwistern begegneten Autorin Karin Grabenhorst immer wieder bestimmte Bilder und Vorstellungen darüber, wo ihr Kind /Geschwister jetzt ist. Ebenso die Hoffnung auf ein Wiedersehen in der Ewigkeit – auch jenseits von religiösen Bezügen.

Es ist eine sehr fantasievolle und philosophische Geschichte, in der Siri mit ihren Gefährten nach der Ewigkeit sucht.

Die Geschichte soll vor allem Hoffnung geben, „dass nichts verloren geht“ und dass Trauer, die der Psychoanalytiker C.G. Jung mit seiner Umschreibung „Erinnernde Liebe“ anders geprägt und positiv besetzt hat, eine große Chance für unser Leben darstellt, die Erinnerungen lebendig zu halten.

Die Geschichte kann Trauernden helfen, ihre verstorbenen oder durch Gewalt ums Leben gekommenen Kinder, Partner, Angehörigen und Freunde ins Leben zu integrieren, um mit ihnen weiter zu **leben**.

Es hat sich auch gezeigt, dass Siris Geschichte eine Chance für Kinder und Erwachsene gleichermaßen darstellt, miteinander behutsam über Abschied, Tod und Trauer ins Gespräch zu kommen.

Zum Inhalt der Geschichte:

Im Mittelpunkt der Geschichte steht Siri, die Kleine Seele, auf der Suche nach der Ewigkeit. Unterwegs trifft sie auf weitere Seelenwesen – Gefährten, die sich ihrer Reise anschließen – jede/r mit seiner eigenen Fragestellung.

So begegnet Siri...

- dem Ozeanfisch, auf der Suche nach Gott,
- der Wüstenblume, auf der Suche nach dem Sinn des Lebens
- dem Feuervogel, der beweisen will, dass nichts verloren geht
- der Sternschnuppe, die herausfinden möchte, was „Leben“ bedeutet
- der Großmutter, die den Frieden sucht.

Getragen werden sie durch den Wind, der sie als Reisender zwischen der Welt der Lebenden und der Seelenwesen begleitet. Er bringt die Gefährten zu den Elementen, unter deren Schutz sie stehen, und führt sie zum Ginkgo-Baum, der als Symbol für das Leben und den Frieden eine besondere Bedeutung hat.

Während ihrer Reise, die beim Regenbogen – dem verbindenden Element zwischen Himmel und Erde – endet, finden Siri und ihre Gefährten eigene Antworten auf ihre Fragen und erfahren, dass manche Fragen auch offen bleiben.

Die in Bildern und Symbolen erzählte Geschichte greift behutsam Elemente aus der Arbeit mit trauernden Eltern und Geschwistern auf.

Durch die handelnden Charaktere als Stellvertreter für bestimmte Fragestellungen berührt die Geschichte neben der Auseinandersetzung mit Abschied, Tod und Trauer als Lebensthemen noch die Bereiche

- Religiosität – Überkonfessionalität
- das ökologische Gleichgewicht /Ausbeutung der Erde
- Friedensforschung
- Sinnsuche und Philosophie

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

87

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

VERSCHIEDENE PROJEKTE EINZELNER VEREINE, GRUPPEN ODER PERSONEN

Zielgruppe Zuschauer:

Die bedeutungsvollen Symbole und anspruchsvollen Fragen erreichen Erwachsene, die sich mit Sinnsuche und spirituellen Fragen auseinander setzen und im Trauerprozess nach Trost und Hoffnung suchen.

Die Geschichte eignet sich besonders für Kinder und Jugendliche (ab 8 Jahre), die sich thematisch mit ethischen, umweltpädagogischen und religiösen Fragen auseinander setzen und könnte im Unterricht eingesetzt werden.



Mitwirkende: Das Ensemble SIRIS Welt

Aktuell sind 30 Jugendliche (zwischen 14 – 18 Jahren) an der Darstellung und musikalischen Umsetzung des Stücks beteiligt.

Autorin der Geschichte „Siris Reise“ oder Wo ist der Weg zur Ewigkeit?“ ist Pädagogin Karin Grabenhorst. Sie war langjähriges Vorstandsmitglied im Verein für Verwaiste Eltern und Geschwister Bremen e.V. und ist jetzt aktiv im Bundesverband VEID. In der Begleitung Trauernder ist ihr Ansatz die „Kreative Trauerbegleitung“ mit Einzelgesprächen- und Angeboten, Wochenend-Trauerseminaren und Fortbildungen für GruppenbegleiterInnen.

Musikalischer Leiter ist der Diplom-Kirchenmusiker Hauke Scholten. Seit 1999 leitet er unter anderem 5 Kinder- und Jugendchöre in den Kirchengemeinden Neuenkirchen und Rekum.

Die Choreografie wurde von dem Schauspieler und Choreografen Alexander Hauer mit den Jugendlichen entwickelt. Er führt auch die Regie.

Die verbinde „Komposition der Elemente“ stammt von Paul Bialek, der mit einem Streichquartett, einer Harfen- und Querflötenspielerin das musikalische Fundament legt.

Anka Stellmann, eine betroffene Mutter und im Kirchenrat mit und für die Jugendlichen aktiv, begleitet das Projekt als Ansprechpartnerin und für die Akquise, ebenso wie Claudia Beisswanger als Projektmanagerin.

Aktuell:

Das Musik- und Tanztheater wurde beim Evangelischen Kirchentag 2009 in Bremen mit so großem Erfolg uraufgeführt, dass wir auch beim Ökumenischen Kirchentag 2010 angefragt wurden.

2009 gab es zusammen mit dem Hospiz Horn e. V. weitere Aufführungen in Bremen und Schwanewede, Niedersachsen. In der Vorbereitung ist die Aufführung mit dem Ambulanten Kinderhospizdienst Jona im September 2010 in Bremen, dabei soll ein Film entstehen.

Ein Buch für den toten Sohn

Dorothea Stockmar schreibt über ihre gelebte Trauer

Von Andreas Babel

CELLE. Gleich 5, 7 Uhr, Händy, Halloween-Party, Güterzug. Völlig wortlos begrüßt. Doch seit dem 1. November 2008 haben diese Worte eine ganz andere Bedeutung für die Angehörigen und Freunde von Caius Stockmar. Der Celler kam an diesem Tag am Celler Bahnhof ums Leben. Er war nur 17 Jahre alt, er suchte sein Händy auf dem Bahnhof und bemerkte den schnell nährenden Güterzug nicht.

Seine Mutter, Dorothea Stockmar, hat jetzt ein Buch veröffentlicht. Es ist der erste Lohn für das Buch für ihren Sohn und Ergebnis ihrer gelebten Trauer. Ja, es ist auch ein Buch für all diejenigen, die den von „Judeermann“ gemachten jungen Mann gekannt haben. Ja, es ist ein Buch, für das sich nur dieser Personenkreis interessiert? Nein, denn



Caius Stockmar ist das Buch seiner Mutter gewidmet.

therapeutin, als Sterbe- und Trauerbegleiterin und als langjährige Mitarbeiterin der Celler Hospiz-Bewegung, natürlich ganz andere Möglichkeiten als die meisten, aber jeder Betroffene kann nach seinen Möglichkeiten seine Trauer leben.

■ Film und Bücher: Heute um 20 Uhr wird im Celler Kino 2000 auf dem Gelände der CD-Kaserne Hannoversche Straße, der 60-Minuten-Film „An der Schwelle zum Jenseits – Nahod erlebnisse“ gezeigt. Physiker, Theologen und Betroffene, die bereits tot waren, aber reanimiert wurden, schillern ihre Nahod erlebnisse. Die Autorin Sabine Mehne, Betroffene von Dorothea Stockmar werden an einer Büchersitzung der Buchhandlung Decius anwesend sein. Die Eintrittsfee ist frei. Es wird um Spenden gebeten. Das Buch „Ein Netz, das trägt“ von Dorothea Stockmar kostet 20 Euro.

Karin Grabenhorst

Jahrgang 1957, Pädagogin, Autorin. Kreative Trauerbegleitung. Sozial-kulturpolitisches Engagement zur Enttabuisierung von Tod und Trauer in der Gesellschaft, insbesondere beim Tod von Kindern, deshalb Vorstandsarbeit im Bremer Verein für Verwaiste Eltern und Geschwister und im Bundesverband VEID. Projekte: Das Musiktheater »SIRIS Reise oder Wo ist der Weg zur Ewigkeit?«, das CD-Buch »So weit vor deiner Zeit«, beides 2009 in die Welt gebracht.

Sabine Mehne

Jahrgang 1957, Physio-, syst. Familientherapeutin und Autorin. Bis zur schweren Krebskrankung in eigener Praxis tätig. Im Wendepunkt ihres Lebens

beginnt sie zu schreiben, in Fachpublikationen als auch in belletristischer Form. Ihr Nahod-/Transzendenzerlebnis spiegelt sich in vielen ihrer Bücher wieder. Mitglied im Netzwerk Nahod-erfahrung e.V. und in der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin. Ihr Theaterstück »Bis aufs Mark« wurde 2001 in Darmstadt uraufgeführt.

Dorothea Stockmar

Jahrgang 1953, Sterbe- und Trauerbegleiterin, langjährige ehrenamtliche Mitarbeit in der Hospiz-Bewegung, nach kunst-therapeutischen Fortbildungen, Widmung eigenem künstlerischen Schaffen, Themen: »Mit dem Tod leben«, »In einem anderen Licht« (Installation), »Metamorphosen des Abschieds«, Verarbeitung eigener Trauer in Bildern und Texten zu dem Buch »Ein Netz, das trägt« (2010), nach dem plötzlichen Tod ihres jüngsten Kindes.

Erstaufführung am 10. Juli 2010 in Freckenhorst

NOCH IMMER SUCH ICH DICH

Eine Nach – Tod – Erfahrung in vier Akten

Text und Bild:

Dorothea Stockmar

bearbeitet und in Szene gesetzt von:

Karin Grabenhorst (Sohn)

Sabine Mehne (Weltenseele)

Dorothea Stockmar (Mutter)

Musik:

Hauke Scholten

Karin Grabenhorst

Die Suche einer Mutter nach dem Tod ihres Sohnes führt sie bis an die Grenzen ihrer selbst. Gedanken und Gefühle, die sich aus der Begegnung mit ihrem verstorbenen Kind entwickeln, stellen einen wichtigen Meilenstein auf ihrem Weg der Trauer dar. Es entsteht ein Dialog zwischen Mutter, Sohn und Weltenseele, der Trost vermittelt, ohne auf ein Jenseits zu vertrösten.

Noch immer such ich Dich • Nach-Tod-Erfahrung in vier Akten

Text: Dorothea Stockmar • Darstellung: Karin Grabenhorst, Sabine Mehne, Dorothea Stockmar.

Erstaufführung am 10. Juni 2010, in der LVHS in Freckenhorst, anlässlich einer Tagung zum Thema: Spirituelle Erfahrungen im Umfeld des Todes. Näheres unter www.lvhs-freckenhorst.de

Die Suche einer Mutter nach dem Tod ihres Sohnes führt sie bis an die Grenzen ihrer selbst. Gedanken und Gefühle, die sich aus der Begegnung mit ihrem verstorbenen Kind entwickeln, stellen einen wichtigen Meilenstein auf ihrem Weg der Trauer dar. Es entsteht ein Trialog zwischen Mutter, Sohn und Weltenseele, der Trost vermittelt, ohne auf ein Jenseits zu vertrösten.

Zur Entstehungsgeschichte:

Es begann mit einem Traum

28. Juli 2010, Dorothea Stockmar
Was mir da zugetragen wurde überstieg mein Fassungsvermögen. Botschaften meines verstorbenen Kindes? Aus tiefem Schlaf erwacht hörte ich ganz deutlich seine Stimme: »Mama, ich schreib dir einen Brief!«

Was sollte ich tun? Mit dieser Botschaft konnte ich unmöglich wieder einschlafen. Also schnappte ich mir den erstbesten Stift und einen Block und begann zu schreiben und zu schreiben. Es waren viele Nächte aus denen ich wie elektrisiert aufschreckte, um in Windeseile das zu Papier zu bringen, von dem mein Mann und meine beiden Töchter sagten: »Das hast du nicht geschrieben. Das ist ja so als ob Cajus reden würde.« Axel, mein Mann, war klug genug, mich zu ermuntern, weiter zu machen. Denn das, was in vielen Nächten quasi aus mir heraus floss, war der Beginn eines langen Trauerprozesses. Später, als die vielen Briefe zu einem Dialog und schließlich zu einem szenisch darstellbaren Trialog zwischen Mutter, Sohn und dem Anderen (genannt Weltenseele) herangereift waren, nannte ich es ein experimentelles Eintauchen in einen Trauerprozess.

Es gab Stimmen, die mir Mut zusprachen. Ganz deutlich hörte ich noch heute die Worte einer Freundin: *Ich bewundere deinen Mut deine persönliche Trauer öffentlich auf die Bühne zu stellen und ich wünsche dir daraus die Erkenntnis, dass dein Sohn in dir lebt und nichts und niemand ihn darin töten kann und, dass deine Trauer sich in einem frohen Herzen wieder findet, dich mit dem Glück füllt, dass du diesen Sohn haben durftest.*

Diese Ermutigung hatte nichts mit einem Ansporn zum Erfolg, zur Professionalität oder gar zu einer Selbstdarstellung im Sinne einer Big Brother Show zu tun. Sie war schlichtweg Ausdruck tief empfundener Anteilnahme an einem existentiellen Trauerprozess. So habe ich auch das Eintauchen in den Gestaltungsprozess der szenischen Darstellung von Sabine Mehne (Weltenseele), Karin Grabenhorst (Söhnin), Erika Schröder (Weltenseele im Probenverlauf), Hauke Scholten (musikalische Einspielungen), verstanden. Mit Hilfe der Darstellungs- und Ausdruckskraft dieser Personen wurde es mir möglich, von einer anderen Ebene auf meine Trauer zu blicken. Noch einmal empfand ich den Schmerz von damals, als die Todesboten, der Pastor und die Kriminalpolizisten vor meiner Tür standen. Sah mich von neuem jenem Gefühlschaos gegenüber, wie damals, als mir alles wie gedehnt erschien. So als bewege ich mich in einer anderen Zeit. Zukunft, Vergangenheit und Gegenwart aufgehoben in einem Gefühl von absoluter Leere. Ich wollte aufstehen und konnte es nicht. Wollte mich setzen und konnte es nicht. Ein ganzes Leben festgefroren in einem einzigen Moment. Kein Bild, keine Szene meines bisher gelebten Lebens. Nichts was diesem Gefühl der Ohnmacht nahe gekommen wäre. Es war als hätte man mir bei lebendigem Leib alle Organe einzeln entrissen und alles Leben in mir zum Stillstand gekommen wäre.

Erst durch die szenische Aufarbeitung erhielt ich die Chance, das zu sagen, was ich in der anfänglichen Erstarrung meiner Trauer nie über die Lippen gebracht hätte.

Ich sprach, nein ich schrie, meine Wut förmlich heraus, eine Wut, die sich gegen die Todesüberbringer richtete, da sie den Satz sagten, der mein Leben in seinen Grundfesten erschütterte. Es war wie ein Durchtrennen einer Nabelschnur. Etwas in mir war gerissen, das Band zu meinem Kind. »Ich will und muss es neu knüpfen«, hörte ich mich in die Leere hinein sprechen.

Mit Hilfe dieser Wut, die ich mir nun gestattete, schöpfte ich Kraft und Lebensmut für neue Wege.

Ich ließ mich berühren, indem ich es aufnahm, das Netz. Faden für Faden, aus Gelebtem und Geliebtem. Unzählige Anknüpfungsmomente an glückliche Zeiten.

Durch die Darstellung meiner Trauer fühlte ich mich aufs Innigste mit meinem Kind verbunden,

auf eine Weise, die meine Sinne schwinden ließen.

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

14
89

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!?!«

VERSCHIEDENE PROJEKTE EINZELNER VEREINE, GRUPPEN ODER PERSONEN

Und wie von Sinnen hörte ich mich sagen: »Unsichtbare Welt, ich erahn dich, untastbare Welt, ich erspür dich, unbegreifliche Welt, du berührst mich, in der Tiefe meiner Selbst.«

Wie sollte ich das alles verstehen? Wie fühlen, was ich nur zu hoffen wagte, dass es meinen geliebten Sohn dort, in jenem anderen Licht gibt. Ich kann ihn nicht sehen, aber er spricht zu mir, in Worten des Herzens, die tief in mir klingen, wann immer ich mich der Kraft der Liebe anvertraue. Was bleibt mir denn, als nur zu glauben, dass er es ist, der noch in tiefem Schweigen, ganz deutlich zu mir spricht. Und in die Stille dieses Schweigens hinein hörte ich mich sagen: »Noch immer such ich dich.«

Szenische Darstellung »Noch immer such ich Dich« aus Sicht der »Söhnin«

Ich lernte Dorothea Stockmar bei unserer Jahrestagung in Bremen kennen: Als trauernde Mutter, deren 17-jähriger Sohn Cajus bei einem tragischen Unfall ums Leben kam, war sie war in meinem Workshop »Trauerwerkstatt – Hoffnungswerkstatt«, und recht schnell kamen wir über unsere verschiedenen Projekte ins Gespräch. Unmittelbar nach der Jahrestagung telefonierten wir miteinander, denn wir wollten uns intensiver austauschen: Sie hatte großes Interesse an der Entwicklung von »Siris Reise oder Wo ist der Weg zur Ewigkeit«, ich an ihrem Buch »Ein Netz, das trägt«, das zu dem Zeitpunkt kurz vor der Veröffentlichung stand. Dorothea erwähnte auch eine »Szenische Darstellung«, die im Sommer bei einer Tagung aufgeführt werden sollte, in der sie als Mutter mit ihrem verstorbenen Sohn und dem »Anderen« (später »Weltenseele«) in einem Dialog ihren Trauerprozess darstellen wollte. Den ursprünglichen Prosa-Text, basierend auf den Worten, die Cajus ihr in vielen Trauernächten schenkte, hatte sie in die drei Rollen aufgeteilt.

Wir vereinbarten einen Austausch über unserer Texte, um uns ein gegenseitiges Feedback zu geben (meine Geschichte »Siris Reise oder Wo ist der Weg zur Ewigkeit« wird auch als Buch erscheinen).

Ich war von Dorotheas Text tief berührt und beeindruckt: Von den tröstenden, liebevollen Worten des Sohnes, die Dorothea empfangen hatte. Von der Art und Weise, wie sich mit der Instanz »Weltenseele«, die für das Göttliche, das höhere

DOROTHEA STOCKMAR

Referentin mit Schwerpunktthemen Kommunikation, Sprachbilder- Bildsprache, symbolisch- kreative Impulse zur Trauerbewältigung. Ausgebildete Sterbe- und Trauerbegleiterin, langjährige ehrenamtliche Tätigkeit in der Hospizbewegung, Praktikum in einem buddhistischen Hospiz in Japan.

Nach kunsttherapeutischen Fortbildungen Widmung eigenem künstlerischen Schaffen. Verarbeitung eigener Trauer in ihrem Buch »Ein Netz, das trägt« (2010) in Bildern und Texten, nach dem plötzlichen Tod ihres jüngsten Kindes.

Selbst steht, auseinandersetzt. Am tiefsten berührte mich, dass es ihr gelungen ist, ihren Prozess als trauernde Mutter in diesem Dialog nachvollziehbar zu machen – für sich selbst, und, da es eine »Szenische Darstellung« ist, auch für andere! Ist das mutig – und was bietet es für Möglichkeiten, mit anderen Trauernden in einen Austausch über ihre eigenen Trauerwege zu kommen, war mein erster Impuls.

Denn genau das ist mein Anliegen in meinen Workshops und Seminaren: Mit der Kreativen Trauerbegleitung möchte ich Impulse geben, um Bilder, Gefühle und Gedanken sichtbar werden zu lassen, damit sie angeschaut, bearbeitet werden können, ins »Leben fließen können« – oder, wie Dorothea sagt, »damit die Trauer nicht im Kopf bleibt«. Im schöpferischen Prozess, ob durch Malen, Schreiben, Speckstein bearbeiten, Komponieren oder welche kreativen Mittel auch immer – es hilft, den geliebten toten Menschen ins Leben zu integrieren, um mit ihm weiterleben zu können (so ist z. B. das CD-Buch »So weit vor deiner Zeit« entstanden, mit vielen Texten, Liedern und Exponaten Trauernder).

So sah ich anfangs Dorotheas tiefen, berührenden und philosophischen Text »Noch immer such ich dich« vor allem im Kontext dieser Trauerverarbeitung. Um die Rollen – zu dem Zeitpunkt noch »wie aus einem Guss« – klarer herauszuarbeiten, bot ich ihr an, den Text mit verteilten Rollen zu lesen, auch um ihre Worte und Gedanken zu spiegeln. Bei dieser erneuten Begegnung mit Dorothea, als wir in den Text eintauchten und ich die

Rolle des Sohnes sprach, kam trotz der Ausgangssituation auch der Humor, wie ein pubertierender Siebzehnjähriger auf das Leben derer blickt, die sich im Hier und Jetzt noch abmühen, ans Licht. Wir weinten und lachten und hatten aufrichtigen Spaß – und das empfand ich als eine große Ressource, die durch den Wechsel der Rollen aufgebaut und erLEBT werden konnte. Ich fühlte mich gut in die Gedanken des Sohnes hinein, und als Dorothea mich fragte, ob ich die Rolle spielen würde, sagte ich nach reiflicher Überlegung zu (war ich doch selbst stark eingebunden mit der Vorbereitung und Organisation von »Siris Reise« für den Kirchentag in München, neben meinem Hauptjob als Pädagogin, ...). Auf der anderen Seite empfand ich diese Arbeit als eine große Herausforderung: Es war für mich nicht »nur« ein mutiges Eintauchen in Dorotheas Trauerprozess; wir sind uns in unserer Begegnung so nah gekommen, dass ich mit ihr den nächsten Schritt auf ihrem Weg, durch die gemeinsame Bearbeitung der Rollen, gehen wollte.

Wir benannten meine Rolle kurzerhand zur »Söhnin« um, und es folgte eine intensive Zeit der Proben und Ausarbeitung der Rollen mit der »Weltenseele«. Wir haben gekürzt, ergänzt, verdichtet, und im Lauf des Prozesses kam das Charakteristische der Rollen immer klarer heraus.

Die Erstaufführung in Freckenhorst am 10.Juli 2010 war unser gemeinsames Ziel, das wir mit Lampenfieber und allem, was dazu gehört, gepackt haben. Es gab viele positiven Rückmeldungen und nachdenkenswerten Anregungen – und die Teilnehmenden sind wirklich in einen Austausch gekommen, haben philosophiert und nachgefragt, entsprechend meinem ersten Impuls.

Aus Cajus Worten, die er seiner Mutter in den Trauernächten geschenkt hat, ist ein kostbares literarisches Werk entstanden. Es bietet viele Ansätze, sich berühren zu lassen von der Dichte und Tiefe der Gedanken und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Abschließend möchte ich zur Entwicklung von »Noch immer such ich dich« sagen, dass für mich der Weg auch das Ziel war! Während der gesamten Zeit stand für mich im Vordergrund, dass ich als »Söhnin« Dorotheas Szenischer Darstellung eine Stimme und ein Gesicht geben wollte. Wir sind miteinander durch eine so reiche Zeit gegangen, dass ich ihr zutiefst dankbar dafür bin, an dieser Entwicklung teilzuhaben. Ich freue mich darauf, wie es weitergeht und möchte allen Mut machen, auch mal ungewöhnliche Schritte auf ihrem Trauerweg – dem Lebensweg – zu gehen!

Karin Grabenhorst

»Noch immer such ich Dich«

Worte wie »eindrucksvoll« oder »ergreifend« reichen nicht hin, um die Szenische Darstellung »Noch immer such ich Dich«, die ich am 10. Juli in Warendorf-Freckenhorst miterleben durfte, zu beschreiben. Seit einem Jahr verwitwet, aber weiterhin durch Gefühls-Kontakt mit meiner verstorbenen Frau verbunden, war diese Aufführung für mich keine bloße intellektuelle oder künstlerische Darbietung, die genossen werden oder zum Nachdenken anregen wollte. Vielmehr bewirkte sie ein Nachvollziehen, Nacherleben, Nachempfinden dessen, was die Mutter, zugleich Autorin und Hauptdarstellerin des Stücks, nach dem Tod ihres Sohnes (in der Realität wie auch auf der Bühne) erlebte. Was sie dachte und fühlte in ihrer Trauer, in Erstarrung und Schmerz, aus denen heraus sie sich verwandelte und verwandelt

wurde, sich befreite und befreit wurde, nicht zuletzt infolge der Begegnung mit ihrem Sohn und der »Weltenseele«, die ihr Erkenntnisse von einem umfassenderen Sein vermittelten. Zahlreiche Bilder veranschaulichten die Entwicklung der Mutter: Regentropfen etwa, ein Kaleidoskop oder Sonnenstrahlen. Besonders eindringlich fand ich das Bild von der Kiefer, deren Krone teilweise herausgebrochen ist: Mit dem Tod des geliebten Menschen ist auch im Trauernden etwas gestorben, doch durch das Loch der Zerstörung kann Licht hereindringen, und der Blick kann durch das Verlorene hindurch in den Himmel gehen. Fortdauernde Liebe und Verbundenheit – das ist die zentrale Botschaft, die durch das ganze Stück hindurchschien.

Christian von Kamp

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

14

91

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!?!«

VERSCHIEDENE PROJEKTE EINZELNER VEREINE, GRUPPEN ODER PERSONEN

Geschäftsstelle – Vorstand – Bundesverband

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

92

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

BERICHTE AUS DER GESCHÄFTSSTELLE

Ein Blick in unsere Geschäftsstelle

Vor über einem Jahr wurde die Bundesgeschäftsstelle in Leipzig in die Straße »An der Verfassungslinde 2« verlegt.

Ein enormer Aufgabenzuwachs sowie neue und erweiterte Angebote in den Bereichen Beratung und Vernetzung machten diesen Schritt notwendig.

In unseren Räumen soll sich jeder wohl fühlen und so ist alles mit sehr viel Liebe und Herz eingerichtet.

Die Geschäftsstelle befindet sich in einem Wohnhaus, nicht weit vom Stadtzentrum entfernt. Hier findet man nicht nur zwei Büros und einen Gruppenraum, sondern auch eine Küche und ein Bad. Den Mittelpunkt des Gruppenraumes bildet ein großer, massiver Tisch. Dieser bietet Platz für Besucher und Betroffene, welche hier Rat und Hilfe suchen. Die künstlerisch selbst gestalteten Bilder an den Wänden wurden dem Verein von Mitgliedern überreicht. Gäste, die das vor kurzem eröffnete Trauercafe besuchten, schätzen die geborgene Atmosphäre sehr. Der Raum dient aber nicht nur als Trauercafe, sondern ist auch Treffpunkt für die Gruppenabende betroffener Eltern. Zusätzlich findet man hier auch unsere kleine, aber gut sortierte Bibliothek, in der jeder Interessierte die passende Literatur findet.

Neben dem Gruppenraum findet man in der Geschäftsstelle noch zwei Büros. Das kleinere ist mit viel Technik ausgestattet und bietet Platz für die vielen Akten und Unterlagen. Im etwas größeren Büro befindet sich ebenfalls ein PC-Arbeitsplatz, aber auch eine große gemütliche Sitzecke, welche für lange Gespräche und wichtige Treffen genutzt werden kann. Gegenüber diesem Büro befindet sich die Küche. Sie ist mit allem ausgestattet, um sich in der Pause zu versorgen und etwas abzuschalten. Die dunkelrote Küchenzeile hat der Bundesverband als Spende erhalten und sie passt hervorragend in diesen Raum.

Vielleicht sehen wir uns ja auch einmal in den Räumen der Bundesgeschäftsstelle hier in Leipzig?

Christine Schneider



*Ein kleiner Blick
in unsere Räume zeigt,
wie viele Angebote
wir schon heute für Sie
bereithalten.*

Kirchentage

Der Ökumenische Kirchentag in München (12. bis 16. April 2010) wurde von den Verwaisten Eltern München und dem Bundesverband gemeinsam bestritten. Auf dem Evang. Kirchentag in Dresden 2011 wird sich der Bundesverband gemeinsam mit den Verwaisten Eltern und Geschwistern Dresden auf dem Markt der Möglichkeiten präsentieren. Ein großer Gottesdienst zum Thema »Mein Herz bei meinem Kind« ist geplant.

Schirmherrschaft

Nach dem tragischen Ereignis zur Love-Parade in Duisburg hat der Bundesverband sich an den Bundespräsidenten, Herrn Christian Wulff, mit der Bitte um politische Unterstützung gewandt. Vorstellbar wäre z. B. eine Schirmherrschaft der Gattin des Bundespräsidenten. Auf eine Antwort sind wir gespannt.

Film

Am 3. und 4. September wurde in Bremen der Film »Siris Reise oder Wo ist der Weg zur Ewigkeit« gedreht. Zu dem Ensemble »Siris Welt« gehören der Jugendchor »Die Lerchen« als Hauptakteure, die Autorin Karin Grabenhorst und Hauke Scholten als Musikalischer Leiter. Regie führt Alexander Hauer. Initiiert wurde die Verfilmung des Musikals von Luci van Org und Petra Hohn

während der Jahrestagung 2010. Der Film wird auf einer DVD erscheinen. (www.siris-reise.de)

Oktoberfest

Beim Oktoberfest 2010 wird sich auf Initiative von Eva-Maria Popp und anderen sozial engagierten Unternehmerinnen ein Prominententisch zusammenfinden. Petra Hohn als 1. Vorsitzende und Claudia Effenberg als Botschafterin werden dort zugegen sein. Der Erlös des Treffens soll dem Bundesverband zugute kommen.

Neuer Kontakt

Der Bundesverband und »Leben ohne Dich« haben während des 13. Bundeskongresses für Notfallseelsorge und Krisenintervention (31. Mai in Münster) Kontakt aufgenommen und planen einen gemeinsamen Gesprächstermin.

Mitgliedschaft

Zum 1. Mai ist der  **DER PARITÄTISCHE GESAMTVERBAND** Bundesverband als Mitglied in den PARITÄTISCHEN Wohlfahrtsverband – Gesamtverband e. V. aufgenommen worden und in die Informations- und Arbeitsstrukturen des Verbandes integriert. So wird eine neue Zusammenarbeit mit dem Müttergenesungswerk zur qualitativen Verbesserung von Kurangeboten für betroffene Familien vereinbart. Erste Gespräche dazu fanden am 7. September statt.

RUNDBRIEF
OKTOBER 14

93

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!?!«

BERICHTE AUS DER GESCHÄFTSSTELLE

Kurzportrait Christine Schneider

Seit Dezember 2009 bin ich, Christine Schneider, Mitarbeiterin der Geschäftsstelle. Heute möchte ich mich Ihnen kurz vorstellen:

Nach meinem Realschul-Abschluss im Jahre 1983 begann ich eine Ausbildung zur Facharbeiterin für Glastechnik im Flachglaswerk Torgau. Das war der Grundstein für den folgenden Beruf, denn noch während meiner Ausbildung vergrößerte sich das Glaswerk durch den Neubau einer hochmodernen Floatglasanlage. So kam es, dass ich am Ende meiner Ausbildung in diesen Teil des Betriebes wechselte. Die Arbeit im Drei-Schicht-System machte Spaß. Wir alle dachten, dass wir dort auch unser Rentenalter erleben. Aber es sollte alles anders kommen.



Die Wende kam und kurz danach wurde ich auch schwanger. Da ich nun nicht mehr eingestellt werden konnte, musste ich meinen Lebensweg neu planen. Mit meinen erlernten bzw. ausgeübten Berufen war ich nicht vermittelbar. So entschied ich mich für eine Umschulung zur Bauzeichnerin. Nur sehr kurz erhielt ich die Möglichkeit in diesem Beruf zu arbeiten, denn wegen fehlender Auftragslage wurde ich wieder entlassen. Da ich keine weitere Anstellung in diesem Beruf fand, nahm ich alles an Beschäftigung, was sich ergab. Das reichte von der Grünpflege auf dem Torgauer Friedhof bis zur Hilfskraft in einem Pflegeheim.

Aus privaten Gründen verschlug es mich 2008 nach Leipzig. Da ich nicht tatenlos zu Hause sitzen wollte, suchte ich eine ehrenamtliche Tätigkeit. Nach einiger Suche wurde ich auf den Bundesverband »Verwaiste Eltern in Deutschland e.V.« aufmerksam.

Aus dem Ehrenamt ist dann nach elf Monaten eine befristete Arbeitsstelle geworden. Dafür bin ich sehr dankbar. E-Mails, Telefonate und die Korrespondenz gehören zu meinen täglichen Aufgaben. In einigen Abständen betreue ich auch

dass Trauercafe, welches es seit kurzem in unseren Geschäftsräumen gibt.

Ich selbst bin nicht betroffen, aber all die Schicksale, die ich bis jetzt kennen lernte, machen mich sehr betroffen und auch nachdenklich. Meistens sind es gerade die kleinen Dinge im Leben, die uns in schweren Stunden trösten. So hoffe ich, dass ich mit meiner Arbeit nicht nur den Verein tatkräftig unterstütze, sondern auch Betroffenen in ihrer schweren Zeit etwas helfen kann.

Christine Schneider

Ehrenamtsporträt Silke Friederici

Seit einem Jahr bringt sich Silke Friederici im Bundesverband Verwaiste Eltern ein. Einmal die Woche, am Freitag, nutzt sie ihre Freizeit, um die Arbeit der Leipziger Bundesgeschäftsstelle zu unterstützen. Anfangs waren es Büroarbeiten, die gerade nach dem Umzug in die neuen Räume an der Verfassungslinde sehr gut gebraucht wurden. Akten, E-Mails, Telefonate und auch die organisatorische Hilfestellung bei der Vorbereitung und Durchführung des »Tags der Offenen Tür« im Mai stellten für die Bundesvorsitzende Petra Hohn ein große Hilfestellung dar. Dabei meisterte Frau Friederici, die erst im August ihren 40. Geburtstag feierte, gerade an diesem ereignisreichen Tag den Balanceakt zwischen Brötchen schmieren, Gästebewirtung, Gesprächspartnerin für Politiker, Medien sowie potenziellen Spendern mit Charme und viel Professionalität. Das sind gute Voraussetzung für eine sinntragende Rolle im Team der vielen engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den regionalen Verbänden, in der Geschäftsstelle des Bundesverbandes und im Vorstand.

Silke Friederici holt sich ihre Profession aus ihrer Arbeits- und Erlebniswelt. Die ausgebildete und praktizierende Tanztherapeutin lebt seit 2001 in Leipzig. Sie folgte nicht nur ihrem Mann in die Messestadt, sondern brachte sich als damals erste ehrenamtliche Mitarbeiterin in die Arbeit des Ronald-McDonald-Hauses Leipzig, das ihr Ehemann leitete, ein. Im Elternhaus für Angehörige schwer kranker Kinder, einem sehr guten Partner im Netzwerk des Bundesverbandes, übernahm sie

gleich nach dessen Eröffnung die Elternarbeit. Betreute Familien bei der Erledigung dringlicher Aufgaben mit Krankenkassen und Behörden. Sie war Ansprechpartnerin, wenn es mal mit den kleinen Sprösslingen nicht immer gleich aufwärts ging und dort hatte sie ihre ersten Erfahrungen gesammelt, was es heißt, wenn Eltern ihr Kind durch den Kampf gegen eine schwere Krankheit verlieren.

Ihre berufliche Arbeit als Tanzpädagogin in Leipziger Kindertagesstätten und Schulen gibt ihr für die zusätzlichen Wirkungskreise in den beiden Ehrenämtern die Kraft. Den Drei- bis Zwölfjährigen vermittelt sie in ihrem Unterricht über den Tanz das Gefühl der eigenen Körperwahrnehmung. Rhythmisierung, Emotionen und Konzentrationsfähigkeit sind dort Hauptaugenmerk neben Spaß und Freude an der Bewegung zu Musik.

Um diesen therapeutischen Ansatz für die Arbeit im Bundesverband zu erweitern, schloss Silke Friederici in diesem Jahr die Ausbildung des Bundesverbandes zur Trauerbegleiterin erfolgreich ab. Das war auch eine wichtige Voraussetzung, um Anfang Juni eine neue Trauergruppe in Leipzig zu übernehmen. Die ersten Sitzungen haben ihr schon gezeigt, dass sie von den Eltern als Gesprächspartnerin angenommen wird, auch wenn sie selbst nicht betroffen ist von dem schweren Schicksalschlag des Verlustes des eigenen Kindes.

Auf diesem Weg will Silke Friederici weiter vorangehen und dem Bundesverband verwaister Eltern eine Hilfe sein im Ehrenamt: Engagiert, lebensbejahend und professionell.



Kurzportrait Ursula Weißig – Warum möchte ich Trauernden helfen?

Die Gewissheit, dass man einen Verlust nur mit Trauerarbeit überwinden kann, hat mir in einer Lebenskrise geholfen.

Meine Ausbildung zur Kinderkrankenschwester begann im September 1964 auf der Leukämiestation des Kinderkrankenhauses der Karl-Marx-Universität Leipzig.

Die Erfahrungen im Umgang mit den erkrankten Kindern, den Eltern und Zusammenarbeit mit dem Stationspersonal, Schwester wie Ärzte, haben meinen weiteren Lebensweg geprägt.

Nach dem Abschluss der Ausbildung, ich war 21 Jahre alt, bekam ich einen Sohn, zwei Jahre später eine Tochter. Mein Wunsch, einmal Medizin zu studieren, wich der Familienplanung.

Es begann meine Tätigkeit als Krippenerzieherin, später als Krippenleiterin. Diese Aufgabe nahm ich sehr ernst und verlangte das Gleiche von meinen Mitarbeiterinnen. Wir waren die »Ersatzeltern«, die meiste Zeit verbrachten wir mit den



Kindern. Das in uns gesetzte Vertrauen durften wir nicht enttäuschen.

Eine Stimmbanderkrankung zwang mich, den Beruf aufzugeben und ich arbeitete bis 1991 in einem Leipziger Verlag als Wirtschaftsleiterin.

1992 musste ich noch einmal neu starten, eine Vertriebsgesellschaft für Medicalprodukte befand sich im Aufbau und ich begann als beratende Schwester im Außendienst. Der Kontakt mit Patienten, Pflegepersonal und Ärzten war immer sehr schnell hergestellt und es herrschte ein herzliches Miteinander. Das

Unternehmen wuchs, die Zahl der Mitarbeiter ebenso und mir wurde die Leitung der Niederlassung bis zu meinem Ausscheiden übertragen.

Die edelste Beschäftigung des Menschen ist der Mensch, sagt Lessing. Da ich in dieser Beschäftigung schon immer meine Aufgabe gesehen habe, möchte ich durch persönlichen Einsatz die Arbeit des Bundesverbandes Verwaiste Eltern e.V. in der Bundesgeschäftsstelle unterstützen. *Ursula Weißig*

14
OKTOBER 2010

95

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

BERICHTE AUS DER GESCHÄFTSSTELLE

Kurzportrait Lissy Ronning

Ich bin 45 Jahre alt, Mutter von 4 Kindern und von Beruf Krankenschwester.

Vor 10 Jahren zog unsere Patchworkfamilie von Potsdam nach Leipzig.

2005 erlebten wir einen Schicksalsschlag, der für alle Familienmitglieder das Leben dramatisch und grundlegend änderte.

Meine damals 19-jährige und älteste Tochter wählte für sich den Suizid.

Bei der Sprach- und Fassungslosigkeit innerhalb des Familienkreises, bei den Ärzten, in den Kinder- einrichtungen, der Schule und selbst in Familienberatungsstellen, erkannte ich schmerzvoll, wie allein gelassen wir waren, wie hilflos die Umgebung mit unserer Situation war.

Uns begleitete Schweigen, Wegsehen, Weghören, bloß nicht die Trauer ansprechen, schnell das Thema wechseln.



So war ich nach einiger Zeit auf der Suche nach Menschen, Eltern mit ähnlichen erschütternden Erfahrungen.

Erst vier Jahre nach dem Tod meiner Tochter hatte ich die Kraft, Bücher über Suizid, Unfalltod und das Sterben, die Trauer und den Umgang damit zu lesen.

Den Bundesverband Verwaiste Eltern entdeckte ich durch eine Zeitungsannonce. 2009 lernte ich die Vorsitzende des Bundesverbandes Verwaiste Eltern, Petra Hohn, kennen und ich bin beeindruckt

von ihrer engagierten Arbeit.

Seit Frühjahr dieses Jahres bin ich ehrenamtliche Mitarbeiterin im Verein.

Bisher zeitlich stark eingeschränkt, ist es mir nun endlich möglich, regelmäßigen Kontakt zur Trauergruppe für betroffene Angehörige aufzunehmen und zu halten.

Ich interessiere mich besonders für die Arbeit mit trauernden Kindern und Jugendlichen und mit betroffenen Geschwistern.

Zukünftig freue ich mich auf die Möglichkeit, den Verein in seiner Arbeit zu unterstützen und eine Ausbildung in der Trauerbegleitung zu absolvieren.

*Sonnenlicht
Wenn Du nie den Blick
für einen kleinen Sonnenstrahl verlierst,
wirst Du jede Kälte überstehen.*

Ich danke den Menschen, die meinen Kindern und mir Sonnenstrahl sind.

14
RUNDBLIEF
OKTOBER 2010

96

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

BERICHTE AUS DER GESCHÄFTSSTELLE



Praktikantin Kristin Prescher

Ich bin ist als Praktikantin vom 2. August 2010 bis zum 6. Oktober 2010 beim Bundesverband Verwaiste Eltern beschäftigt, danach habe ich den Wunsch, mich ehrenamtlich im Verein einzubringen.

Vorstellung 2. Vorsitzender Dieter Jantz

Bei der letzten Mitgliederversammlung, die anlässlich der Jahrestagung in Bremen stattfand, wurden zwei Vorstandsmitglieder nachgewählt. Sie stellen sich im folgenden vor:

Liebe Leser des Rundbriefes, Verwaiste Eltern und Geschwister, Freunde des Vereins, im März 2010 wurde ich auf der Jahrestagung in Bremen durch die Vertreter der Regionalstellen und Selbsthilfegruppen zum 2. Vorsitzenden des Bundesverbandes Verwaiste Eltern in Deutschland gewählt. Für das entgegengesetzte Vertrauen möchte ich mich bedanken und möchte mich hier kurz vorstellen:



Ich heiße Dieter Jantz, wurde 1961 geboren und wohne in Wesel am Niederrhein. Ich bin verheiratet und habe zwei Söhne.

Mein ältester Sohn Fabian verstarb 2004 in Shanghai mit nur 15 Jahren, als er dort bei dem Besuch seines Onkels in der ersten Nacht schlafwandelnd aus dem 21. Stock stürzte.

Ich erhielt im ersten Jahr nach Fabians Tod (im Bild rechts mit seinem Bruder Julian) sowohl professionelle Hilfe, als auch privat Hilfe aus den Reihen verwaister Eltern, wofür ich zurückblickend sehr dankbar bin, denn es ermöglichte mir, meinen jetzigen Weg einzuschlagen.



2006 gründete ich zusammen mit meiner Frau in Wesel eine offene Selbsthilfegruppe für verwaiste Eltern, mit Unterstützung des Landesverbandes Verwaiste Eltern NRW.

Neben den Gruppenstunden konnten wir mit weiteren Selbsthilfegruppen und kirchlicher Unterstützung eine inzwischen etablierte Gedenkandacht zum Worldwide Candlelighting aufbauen. 2008 gründeten wir zusammen mit vielen Gruppen um den Bereich Trauer ein »Trauernetzwerk Rechter Niederrhein« unter der Federführung der Hospizinitiative.

In meiner Freizeit bin ich in der Leichtathletik engagiert. Ich habe als Trainer eine Trainingsgruppe von acht- und neunjährigen Jungen. Daneben leite ich den Jugendausschuss des Leichtathletikkreises und bin als Kampfrichter für den Deutschen Leichtathletikverband aktiv.

Beruflich bin ich als Polizeibeamter leider auch immer wieder mit dem Tod von Kindern konfrontiert und erfahre dabei im Zusammenhang mit der Selbsthilfegruppe oftmals, welche traumatischen Belastungen für Eltern und Angehörige durch »schlechte« Benachrichtigung entstehen. Ich möchte mithelfen, dass betroffene Eltern und Geschwister so schnell wie möglich die nötige Hilfe bekommen, die sie brauchen. Dazu braucht es engagierte und so gut wie möglich, ausgebildete Ersthelfer und weitere Begleitung, etwa durch die örtlichen Selbsthilfegruppen. Diese nicht zu beziffernde Hilfe vor Ort, braucht aber auch Unterstützung durch Politik, Wissenschaft und Öffentlichkeit, damit Trauer den Raum im Leben der betroffenen Eltern und Geschwister finden kann, den es braucht um weiterleben zu können.

Darüber hinaus sollten aber auch die Helfer einen Ansprechpartner finden, daher halte ich es für notwendig, dass der Verband Verwaiste Eltern in Deutschland klare Strukturen aufbaut. Zum Beispiel, dass die Landesverbände die Vernetzung ihrer örtlichen Selbsthilfegruppen übernehmen, mit der notwendigen Unterstützung zur Aus- und Weiterbildung und regelmäßigen Austausch.

Dabei sollte der Bundesverband die entsprechenden Rahmenbedingungen schaffen, etwa durch

Unterstützung mit Referenten, Informationsveranstaltungen für Ersthelfer, wie etwa Polizei, Feuerwehr, Krankenhäuser, Notfallseelsorger und Bestatter. Entwicklung von Hilfsmaterialien, wie Flyer und Broschüren, die vermeiden, dass betroffene Eltern und Geschwister in der ersten Phase der Trauer nicht noch unnötig traumatisiert werden.

Um diese Strukturen aufzubauen und dem Bundesverband Verwaiste Eltern Deutschland dahin zu bringen, dass er gegenüber Politik, Wissenschaft und Öffentlichkeit als Sprachrohr verwäiste Eltern und Geschwister auftreten kann, bedarf es vielfältiger Anstrengungen, die hoffentlich auf absehbare Zeit Früchte tragen. Dabei darf natürlich die Unterstützung der Selbsthilfegruppen vor Ort nicht fehlen. Nicht zu vergessen die Hauptaufgabe, betroffenen Eltern und Geschwistern die Hilfe zu vermitteln, die sie benötigen, damit aus geteiltem Leid, halbes Leid werden kann.

Ich hoffe, ich kann dabei mithelfen, im Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland, diese Ziele zu erreichen.

In enger Verbundenheit Dieter Jantz,
2. Vorsitzender des Bundesverbandes
Verwaiste Eltern in Deutschland

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

97

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

BERICHTE AUS DER GESCHÄFTSSTELLE

Vorstellung der Schatzmeisterin Inge Morassi

Guten Tag, mein Name ist Inge Morassi. Im März dieses Jahres wurde ich einstimmig in der Mitgliederversammlung zur Schatzmeisterin des Bundesverbandes Verwaiste Eltern in Deutschland e.V. gewählt, nachdem ich seit 2008 als Beisitzerin im Vorstand tätig war. Über dieses überwältigend große Vertrauen habe ich mich sehr gefreut. Außerdem betreue ich seit Anfang 2009 die Homepage des Verbandes redaktionell.

Ich bin verheiratet, habe zwei erwachsene Töchter und zwei Enkelkinder und wohne in Gaggenau im Nordschwarzwald. Mein ursprünglich erlernter Beruf ist Physiotherapeutin. Jetzt bin ich seit über zwei Jahrzehnten als Immobilienkauffrau tätig und arbeite zusammen mit meinem Mann, meiner Tochter und meinem Schwiegersohn in



unserem Familienunternehmen (Hausverwaltung und Immobilienvermittlung). Eigene Betroffenheit habe ich als verwäiste Schwester. Als ich ein Jahr alt war, starb mein damals dreijähriger Bruder. Außerdem verlor ich mein drittes Kind in der Frühschwangerschaft. Im Dezember 2004 habe ich die Selbsthilfegruppe »Verwaiste Eltern Gaggenau« und im Oktober 2009 eine Gruppe für früh verwäiste Eltern gegründet. Davor war ich sechs Jahre aktives Mitglied und zweite Vorsitzende des hiesigen Kriseninterventionsteams. In dieser Zeit habe ich sehr oft Familien betreut, die ein Kind verloren hatten und dabei festgestellt, dass es für die Zeit »danach« in unserer Gegend kein Hilfsangebot für die Betroffenen gab. So wurde ich selbst aktiv.

Unterstützung mit Referenten, Informationsveranstaltungen für Ersthelfer, wie etwa Polizei, Feuerwehr, Krankenhäuser, Notfallseelsorger und Bestatter. Entwicklung von Hilfsmaterialien, wie Flyer und Broschüren, die vermeiden, dass betroffene Eltern und Geschwister in der ersten Phase der Trauer nicht noch unnötig traumatisiert werden.

Wir treffen uns jeweils einmal im Monat und gestalten jedes Jahr im Juni und Dezember eine Gedenkeiher für Familien, die um ihre Kinder trauern.

Ich mache viel Öffentlichkeitsarbeit über die Presse, Ämter, Politiker etc., um den Blick der Nicht-Trauernden für den der Trauernden zu öffnen. Kontakt zu anderen Organisationen gehört ebenfalls dazu. So bin ich auch Mitglied im Arbeitskreis trauernde Eltern und Geschwister in Baden-Württemberg. Im Frühjahr 2010 wurde ich in den Sprecherrat der Selbsthilfegruppen des Landkreises Rastatt gewählt.

Mein Ziel hier vor Ort ist zu erreichen, dass auf dem hiesigen Friedhof eine Kindergedenkstätte für Eltern entsteht, die keine Möglichkeit hatten, ihr Kind zu bestatten.

Im Bundesverband möchte ich mit dazu beitragen, dass seine Bekanntheit und die Akzeptanz weiter wachsen und er weiterhin auf solider finanzieller Basis steht.

Ansonsten freue ich mich, hier in einem Vorstand tätig zu sein, der aktiv und vertrauensvoll zum Wohl des Verbandes und seiner Mitglieder zusammen arbeitet.

Inge Morassi

Erstes Beiratstreffen des Bundesverbandes

Im Ergebnis der Jahrestagung 2009 in Remscheid berief der Vorstand im Juli 2009 einen Beirat namhafter Persönlichkeiten zur beratenden Unterstützung. Dem Beirat gehören an Herr Dr. Dipl. Psych. David Althaus, Dachau, Herr Prof. Dr. Egon Endres, München, Frau Mag. theol. Christine Fleck-Bohaumilitzky, Bergkirchen, Herr Ullrich Kowald, Plochingen, Herr Prof. Dr. Thomas Macho, Berlin, Herr Fritz Roth, Bergisch Gladbach, und Herr Prof. Dr. Reiner Sörries, Kassel.

Jedes der Beiratsmitglieder unterstützt den Bundesverband auf seine Weise und trägt zur verstärkten öffentlichen Wahrnehmung der Interessen des VEID bei. Natürlich ist es schwierig, alle Beiratsmitglieder zum selben Termin an einen Tisch zu bringen. Umso mehr freuen wir uns, dass zum 1. Beiratstreffen am Freitag, dem 27. August 2010, Herr Prof. Dr. Reiner Sörries und Herr Ullrich Kowald der Einladung des Vorstandes nach Leipzig folgen konnten.

Das erste Treffen des VEID-Beirates verlief in einer sehr aufgeschlossenen Atmosphäre. Zwischen den anwesenden Beiratsmitgliedern und dem Vorstand wurde sofort Übereinstimmung der Ansichten in vielen Punkten festgestellt. Nach der Begrüßung und einer kurzen Vorstellungsrunde aller Teilnehmer ging es sofort in einen lebhaften Austausch.

Herr Prof. Sörries sprach von einer Veränderung in der Bestattungs- und Friedhofskultur etwa seit 1984. Etwa in dieser Zeit entstand die Hospizbewegung, und auch die Eltern verstorbener Kinder beginnen sich zu organisieren. Seitdem fasse auch der Autonomiegedanke – das Recht auf eigene Trauer – immer mehr Fuß. Der Theologe und

Leiter des Museums für Sepulkralkultur Kassel wies auf die dortige Ausstellung »...und die Sterne begannen zu leuchten« (21. 6.–21. 9. 2008) hin. Kritisch stellte er einen gegenwärtigen Trend zur Verselbständigung und Vergötzung von Trauer fest. Vorstandsmitglied Stephan Hadraschek, der bei dem Berliner Bestatter Otto Berg arbeitet, ergänzte, dass die Zahl der Patientenverfügungen zunehme, die der Bestattungsvorsorgeverträge jedoch nicht.

Rechtsanwalt Ullrich Kowald berät Trauernde in juristischen Fragen. Er kennt die Hilflosigkeit im Verhalten von Polizei und Rettungsdiensten, auch von Ärzten und Anwälten. So glauben Anwälte immer noch, Eltern schützen zu müssen, indem sie ihnen beispielsweise Akten nicht aushändigen. Dasselbe Motiv haben Mediziner und einige Bestatter, wenn sie den Eltern den Anblick des toten Kindes »ersparen« wollen. Dabei geht es meist nur darum, dass sie als Helfer selbst die Reaktion nicht aushalten zu können glauben. Ullrich Kowald hatte auch noch eine andere aufschlussreiche Erfahrung mitzuteilen: Vor Gericht wollen Eltern sehr oft »nur« die Katastrophe im Beisein einer Autorität (des Richters) thematisieren, als Teil ihrer Verarbeitung. Das zeigt, wie wichtig es ist, Eltern die Möglichkeit der angemessenen Benennung ihres Leids zu geben.

Praktisch stellte sich sogleich die Frage, wie das Thema wirkungsvoller in Fortbildungen für Rettungsdienste, Polizei u. a. zu integrieren ist. Der 2. Vorsitzende Dieter Jantz, selbst Polizeibeamter, bringt hier viel eigene Erfahrung mit. Auch Schulbehörden halten sich sehr bedeckt, und in Schulen selbst wird das Thema verdrängt, so lange sie

nicht direkt betroffen sind. Dann ist es aber zu spät für Prävention. In solchen Fällen kommen sofort die Medien ins Spiel, von denen sich die meisten vor allem für die Sensation interessieren. Dafür sprechen zahlreiche Anrufe in der Geschäftsstelle, nicht nur nach Winnenden oder Duisburg, in denen gierig nach frisch Betroffenen gefragt wird. Petra Hohn ließ keinen Zweifel daran, dass die Angehörigen durch den Bundesverband zuverlässig vor solchen Zugriffen geschützt werden.

Nützlich wäre für die Arbeit vor Ort eine Legitimation durch VEID mit einem Schreiben, dazu die Notfallbroschüre und das Angebot konkreter Unterstützung.

Die Notfallbroschüre des Bundesverbandes ist komplett vergriffen. Sie wird zur Zeit neu erstellt. Das nächste Beiratstreffen wird im Vorfeld der Jahrestagung 2011 in Erfurt geplant.

Beate Bahnert

14

RUNDBLICK
OKTOBER 2010

99

Der Bundesverband seit Mai Mitglied im Paritätischen Gesamtverband

Der Bundesverband ist seit dem 1. Mai Mitglied im Paritätischen Gesamtverband.

Nach langer Vorarbeit und großen Bemühungen ist es uns gelungen, in den DPGV aufgenommen zu werden. – Am 1. Mai 2010 war es endlich so weit.

Erste Gespräche und Mailkontakt gab es im November 2009. Im Januar 2010 kam es dann zu einem persönlichen Treffen, bei dem die Modalitäten besprochen wurden.

Der Geschäftsführer, Werner Hesse, und der Referent für Selbsthilfe, Prävention und Rehabilitation, Achim Weber, sahen in der Mitgliedschaft des VEID eine große Bereicherung, dennoch musste die Prüfung durch ein Aufnahmeverfahren erfolgen und ein Gremium entscheiden, ob unser Ver-

band die Voraussetzungen erfüllt – dann kam die positive Entscheidung – wieder ein großer Schritt zur gesellschaftlichen Anerkennung der Bemühungen des Bundesverbandes. In der Geschichte des Bundesverbandes gab es schon einige Versuche, in den DPGV aufgenommen zu werden, und diesmal klappte es.

Das zeigt, wie der Arbeit des Bundesverbandes, gemeinsam mit allen Vereinen und Gruppen immer mehr Anerkennung erfährt. Wir werden stärker und dadurch überall mehr wahrgenommen. Dennoch gilt es, weiter zu gehen, sich zu vernetzen – nun gibt es auch weitere Möglichkeiten. Wir werden sie nutzen – für uns und unsere Kinder im Herzen.

Petra Hohn



»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

BERICHTE AUS DER GESCHÄFTSSTELLE

Finanzierung des Bundesverbandes 2009

Der Bundesverband VEID finanziert seine inhaltlichen und organisatorischen Aufgaben überwiegend aus Spenden, zweckgebundenen Zuschüssen (z.B. für Projekte und Fortbildungsmaßnahmen) und Mitgliedsbeiträgen. Der Vorstand des VEID engagiert sich laut Satzung ehrenamtlich und erhält nur Aufwandsentschädigungen für Fahrtkosten und eventuelle Übernachtungen.

Der Vorstand bedankt sich für die Förderung der Projekte und die damit verbundene Anerkennung seiner Arbeit im Namen aller hier organisierten verwaisten Eltern und trauernden Geschwister. Finanzielle Unterstützung durch Krankenkassenförderung:

- Selbsthilfe GKV
- Bundesverband AOK

- Deutsche Angestellten Krankenkasse DAK
- Techniker Krankenkasse TK

Unterstützung durch Sach- und Geldspenden sowie Fördermaßnahmen:

- Stadt Leipzig
- Leipziger Wohnungs-Baugesellschaft LBW
- Sparkasse Leipzig
- BARMER Leipzig
- Land Sachsen
- Steuerberatungsgesellschaft TRIGATAK
- FLAMARIUM Saalkreis GmbH & Co KG
- Otto Berg Bestattungen GmbH & Co. KG, Berlin
- Europäischer Sozialfond
- Benefizgala des Großen Russischen Staatszirkus

- »Heilende Hände – Nacht der Heiler«
- Rechtsanwalt Ullrich Kowald
- Botschafterin Claudia Effenberg
- Schirmherrin Luci van Org

Eine Vielzahl von privaten Spenden (bei Aktivitäten, Festen und sonstigen Anlässen) würdigte auch 2009 die Arbeit des Bundesverbandes.

Besonders zu erwähnen ist z. B. Claudia Effenberg, die einen prozentualen Anteil aus dem Gewinn ihrer neuen Schmuckkollektion zur Verfügung stellt; oder auch die Leipziger Yoga-Frauen, die jedes Jahr eine »Nacht der Heiler« veranstalten und den Erlös für gemeinnützige Zwecke zur

Verfügung stellen. Im Jahr 2009 erhielt der Bundesverband eine Spende aus dem Erlös der »Nacht der Heiler«.

Die umfangreiche bundesweite Arbeit des Verbandes benötigt dringend weitere Finanzierungsmöglichkeiten, damit die unterschiedlichsten Projekte und Ideen realisiert werden können.

Gespräche mit und Kontakte zu Politikern gab und gibt es bereits, sie müssen aber gezielt zu verbindlichen Planungsgesprächen für die inhaltliche Arbeit führen.

mcfb

vgl. Hanny Höfelein, Jahresbericht 2009, S. 15 f.

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

100

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

BERICHTE AUS DEN REGIONEN

Berichte aus den Regionen

Mitteldeutschlandtreffen mit Supervision 2010

Am 22. Mai trafen sich wieder die Gruppenleiter aus Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen in Leipzig. Allen war die Freude über das Wiedersehen und den Austausch anzumerken, verbinden sie doch jahrelange Erfahrungen in ihrer Region und größtenteils auch als selbst betroffene Eltern. Dank der liebevollen Vorbereitung durch die »guten Geister« in der Geschäftsstelle, Silke Friederici und Christine Schneider, war es für alle gleich wie ein Nach-Hause-Kommen. Doch diesmal wurde die Veranstaltung vor allem durch einen kompetenten Gast bestritten: Die Lebensberaterin und Supervisorin Sabine Horsch aus Erfurt leitete die Teilnehmer an, über ihre Gruppenarbeit zu reflektieren. In der Geschäftsstelle in Leipzig selbst treffen sich regelmäßig eine offene und eine geschlossene Gruppe. (Inzwischen wurde auch ein Trauercafé als regelmäßiges offenes Angebot eingerichtet.) So ergeben sich überall ähnliche Probleme. Vieles wurde besprochen, manches musste als Frage im Raum stehen bleiben.

Was tun, wenn Bildungsniveau und Erfahrungs-hintergrund der Gruppenteilnehmer extrem unterschiedlich sind? Hier sind besonders zugeschnittene kreative Angebote gefragt. Wie können Neue mit sehr großer »Trauerenergie« eingebunden werden, ohne dass die Gruppe darunter leidet? Das Herz geht den Zuhörern auf, wenn Gruppenleiter von den kleinen Ritualen berichten, die bei allen ähnlich und doch immer individuell sind.

Ein »Dauerbrenner« für Gruppenleiter, so auch hier im Gespräch mit der Supervisorin, ist das Verhältnis von Abgrenzung und Einbringung der eigenen Persönlichkeit. Wie schütze ich mich, um nicht selbst traumatisiert zu werden? Die Gruppenleiter hier waren sich einig, dass die eigene Geschichte sehr oft als »Türöffner« dienen kann. Elementar wichtig, so die erfahrenen Gruppenbegleiter, ist vor allem die Klarheit darüber, wo ich selbst im Ausgleich von Geben und Nehmen stehe. So gab es ganz praktische Tipps, um den Energiefluss im Gleichgewicht zu halten: Arbeitsteilung und Austausch miteinander pflegen Conny und Holger Günther. Rasenmähen, Garten und Hund lenken andere ab. Schon die Vorfreude auf den Urlaub und auf Ausschlafen stärkt ungemein; Laufband, Sport und Fitness ebenfalls. Auch »Blödfernsehen« und »Abhängen« helfen beim Abschalten. Aber die zeitliche und räumliche Abgrenzung fällt allen Menschen in helfenden Bereichen schwer. Da hilft nur, das Telefon auf den Anrufbeantworter zu schalten und wenigstens einen Tag in der Woche nicht in die E-Mails zu schauen. Sabine Horsch kennt alle diese Gefahren selbst. »Jeder kann auf eigenen Füßen kommen, ich bin nicht ihre Mutter«. »Die Leute sollen kommen, nicht umgekehrt«. »Ich allein kann die Welt nicht retten«. Diese Sätze immer mal vorsagen – hilft das? Gruppenleiter müssen oft einen übergroßen Spagat versuchen, den sie nicht leisten können. Dabei ist Gruppenarbeit nur ein Bau-

stein der Hilfe. Doch Zahl und Qualität von Therapeuten reichen nicht aus, so dass oft die Laien gefragt werden, wo Profis hingehören. Holger Günther sprach noch ein weiteres Problem an: Da Trauer nicht als Krankheit definiert wird – mit Recht – fehlt oft nicht nur die Anerkennung durch die Krankenkassen, sondern auch die der Gesellschaft überhaupt.

Am Ende brachte Silke Friederici den Eindruck dieses Treffens auf den Punkt: »Ich bin dankbar für das Erleben, wie unterschiedlich wir alle sind«, sagte sie. »In anderen Gruppen läuft manches anders, aber es funktioniert trotzdem!«

Von der Geschäftsstelle des Bundesverbandes kam leichte Kritik: Die Rückmeldung der etwa 40 Gruppen Mitteldeutschlands war zu zögerlich gewesen.

Umso konstruktiver und erfreulicher war das Gespräch mit den Trauerbegleitern aus Stadt und Landkreis Leipzig, Magdeburg, Ostthüringen, Erfurt und dem Erzgebirge.

Für das nächste Mal wünschen sich die Gruppenleiter mehr zu den Themen »Rituale« und »Werkzeuge« sowie »Vernetzung in der eigenen Region«.

Beate Bahnert

14
OKTOBER 2010

101

Ökumenischer Kirchentag München

Jedes Jahr nimmt der Bundesverband an den verschiedensten Veranstaltungen – Kongresse, Kirchentage – teil, um so die Arbeit für und mit verwaisten Eltern in der Öffentlichkeit immer bekannter zu machen.

Ökumenischer Kirchentag München

»Siris Reise oder Wo ist der Weg zur Ewigkeit?« beim Kirchentag 2010 in München »Damit ihr Hoffnung habt«

Unser mit Jugendlichen entwickeltes Musik- und Tanztheater »Siris Reise oder Wo ist der Weg zur Ewigkeit?« handelt von Abschied, Trauer, Tod und Hoffnung! Denn Siri, die Kleine Seele, ist frei und begibt sich auf die (Sinn-)Suche nach dem Weg zur Ewigkeit. Unterwegs begegnet sie weiteren Seelenwesen, die sich ihrer Reise anschließen. Begleitet vom Wind kommen sie zum Großen Ginkgo – älter als die Zeit – und finden eigene Antworten auf ihre Fragen, zum Beispiel nach Gott – »damit ihr Hoffnung habt!« (Bewerbungstext für den Kirchentag; siehe auch www.siris-reise.de)

Geschafft! Wir sitzen tatsächlich im Zug nach München: 30 Jugendliche und 9 Erwachsene, und nach der Zitterpartie »Finanzierung und Organisation« ist die Stimmung gelöst und ausgelassen, es wird gesungen und gelacht. Wir alle zusammen sind das »Ensemble Sirs Welt« und freuen uns auf unsere beiden Auftritte in München beim Kirchentag, zu dem wir auf Einladung des Bundesverbandes VEID unterwegs sind.

Am Münchener Hauptbahnhof werden wir von Susanne Lorenz und »Siris Patentante« Petra Hohn liebevoll in Empfang genommen.

Während bis auf die Musiker alle in einer Schule untergebracht sind, schlafe ich bei Susanne

Lorenz zu Hause – denn ich möchte auch am Kirchentags-Stand der Verwaisten Eltern in der »auftrittsfreien Zeit« Standdienst machen.

So komme ich am Donnerstag um 9.00 Uhr erst einmal zur Probe in die Schule im Olympischen Dorf (ich spreche als Autorin den Prolog und den Epilog), bevor wir zum Auftrittsort fahren. Zur selben Zeit proben die Musiker, denn die »Harfe« und die »Bratsche« wohnen hier in München, und es gab vorher noch kein »Zusammenspiel«. In der »Kultfabrik Tonhalle« treffen wir dann das erste Mal alle aufeinander, und die erste Aufführung ist dann auch die Generalprobe, wo wir szenisch und musikalisch zusammen spielen. Aber zum Glück ist gleich klar: »Die Chemie stimmt«, und so beginnt nach den einleitenden Worten des ersten Vorsitzenden des Münchener Vereins, Klaus Günther Stahlschmidt, und den Begrüßungsworten von »Siris Patentante« die erste Vorstellung in der riesigen distanzierten »Kultfabrik«.

Die zweite Vorstellung am Freitag ist im großen Gemeindehaus der Pfarrei St. Joachim, ein traumhaft kuscheliger Veranstaltungsort – ich habe mich bei den Vorstellungen selten so gut gefühlt wie dort. Ähnlich geht es den jugendlichen Schauspielerinnen und Schauspielern, die die Geschichten von »Siri« so engagiert spielen, tanzen und singen. Sie lieben es, nach der Vorstellung ein Publikumsgespräch zu führen, sich mit den BesucherInnen auszutauschen, und entsprechend der schönen Vorstellung sind die Rückmeldungen aus dem Publikum. Neben den vielen tollen Rückmeldungen für die Darstellung und die Musik war es besonders die Rückmeldung eines Schulpfarrers, auch pädagogisch und theologisch kann man das

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

BERICHTE AUS DEN REGIONEN

Thema nicht besser aufbereiten (was mich als Autorin besonders freut, denn Überkonfessionalität ist mein Anliegen!).

Es waren gelungene Aufführungen, dafür möchte ich Petra Hohn und dem Vorstand des Bundesverbandes »DANKE« sagen – ohne euch hätten wir uns nicht getraut, das Thema »Kirchentag in München« in die Tat umzusetzen. Und es jetzt folgt der nächste Schritt: Wegen der großen Nachfrage, ob es »Siri« auch als Buch oder Film gibt, um es in Schulen, Familien oder im Konfirmandenunterricht einzusetzen (denn die Geschichte richtet sich an Kinder, Jugendliche und Erwachsene gleichermaßen), soll tatsächlich eine DVD entstehen, und zwar bei der Aufführung in Bremen am 4. September 2010! Unsere Schirmherrin Luci van Org hat den Kontakt hergestellt zu einem Film-Team aus Berlin, das mit uns zusammenarbeitet, und ein Teil der Finanzierung wird wieder durch den VEID beantragt. DANKE, liebe Petra, dass du dich so für uns engagierst!

Aber die restliche Finanzierung ist wieder unsere »Zitterpartie« – also, wer noch einen heißen Tipp hat, wo wir Gelder beantragen können – ich bin wirklich dankbar für jeden Cent.

Auf alle Fälle schon mal vormerken: 4. 9. 2010!

Die Veranstaltung

»Siris Reise oder Wo ist der Weg zur Ewigkeit?«

Ort: Kulturzentrum Schlachthof, Kesselhalle Fendorffstraße 51; 28215 Bremen; Uhrzeit: 16.00 Uhr / Einlass 15.00 Uhr Eintritt: 12 € / erm. 8 €. Veranstalter: Kinderhospiz Jona, Bremen.

Vielleicht sehen wir uns ja in Bremen. Liebe Grüße eure Karin Grabenhorst

PS: Neben den Aufführungen waren es vor allem die Begegnungen und Gespräche am Kirchentagsstand, den Susanne Lorenz und Petra Hohn so liebevoll und einladend aufgebaut hatten, die mich berührt haben. So konnte ich mich bei Frau Käßmann, der ich hinterher flitzte, endlich für ihr persönliches Engagement zur Verwirklichung des CD-Buches »So weit vor deiner Zeit« bedanken (sie hat das Projekt mit einer großzügigen privaten Spende gefördert).

Wie wichtig unsere Arbeit ist hat sich mir wieder einmal mehr gezeigt, als ein alter Mann, der zufällig über unseren Stand »stolperete«, mich mit tief bewegtem Gesicht anstarrte und »flüchtete«. Er fiel mir dann immer wieder auf, weil er im großen Bogen um den Stand herumschlich – bis ich ihn ansprach. Da weinte er und erzählte, dass es 35 Jahre her ist, dass seine damals vier Monate alte Tochter starb. Zwei Jahre später starb seine Frau, und er blieb mit den zwei Geschwisterkindern zurück. Und obwohl es für ihn beim Tod seiner Frau sehr schwer war, hatte er eine »ganz gute Begleitung und Akzeptanz erfahren«. Aber den Tod seines Babys hat er bis heute noch nicht verwunden ...

Karin Grabenhorst

PPS: Die Aufführung am 4. September ist inzwischen »Geschichte«, und es war wieder toll!

»Siris Reise«

Eigens aus Bremen angereist waren ca. 30 Jugendliche des Chors »Die Lerchen« unter der Leitung von Hauke Scholten, um während des Ökumenischen Kirchentages in München das Musiktheater »Siris Reise« zu singen und zu spielen. Die Begeisterung der Mädchen und Jungen zwischen 14 und 18 Jahren sprang schnell auf die Zuschauer über. Farbenfroh und gekonnt war die Choreographie (Alexander Hauer), perfekt umgesetzt von den jungen Akteuren, die offen und unbefangen mit dem Thema »Tod von Kindern« umgehen. So wurden die beiden Aufführungen zu einem tiefgreifenden Erlebnis für die Sinne: Die musikalische und gesangliche Darbietung (einige der Musikstücke wurden von den Jugendlichen selbst geschrieben) ergreifend beim Zuhören; die

farbenfrohen Kostüme, die schnell unter den Akteuren gewechselt wurden, so dass jede/r einmal jede Rolle übernehmen konnte, ein Fest für die Augen, die sich allerdings oftmals auch mit Tränen füllten.

Siri, die kleine Seele eines verstorbenen Kindes, möchte wissen, wo die Unendlichkeit ist. Gerade angekommen auf der anderen Seite, trifft sie ihre Großmutter, die schon vor ihr ging. Doch die Frage nach der Ewigkeit weiß die Großmutter auch nicht zu beantworten. So macht sich Siri auf den Weg. Ihr Begleiter wird der Wind, der zwischen dem Diesseits und Jenseits wechselt. Unterwegs begegnet Siri dem Regenbogenfisch, der Wüstenblume, dem Feuervogel und einer Sternschnuppe – alle suchen die Ewigkeit und

haben eigene Fragen, die sie beantwortet haben möchten. Siris aufregende Reise führt sie schließlich zum Ginkgo-Baum, der schon so viel gesehen und erlebt hat und ihr hilft, Antworten auf einen Teil der Fragen zu finden. Doch sie muss auch erfahren, dass es für manches keine Antwort gibt. Die Reise endet beim Regenbogen, der Bindeglied zwischen Himmel und Erde ist.

Siri weiß am Ende ihrer Reise, dass nichts verloren geht – vor allem nicht die Liebe, die sich in eine erinnernde Liebe verwandelt.

Karin Grabenhorst, die die Geschichte von Siri sowie auch das Lied »So weit vor deiner Zeit« schrieb, hat mit Siris Reise den Tod von Kindern ein wenig mehr aus der Tabuzone heraus geholt. Sie erreicht durch die einfühlsam und verständlich geschriebene Geschichte alle Altersklassen.



14

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

103

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

Rezension Musik- und Tanztheater »Siris Reise«

Rezension Musik- und Tanztheater »Siris Reise oder Wo ist der Weg zur Ewigkeit?« – eindrucksvolle Aufführung beim 2. Ökumenischen Kirchentag in München 2010.

Einfach beeindruckend, was, dargestellt von 30 Jugendlichen im Alter zwischen 14 und 19 Jahren, in diesem Musik- und Tanztheater über die Bühne geht, musikalisch, schauspielerisch und inhaltlich in höchstem Maße präzise und aufeinander abgestimmt, dabei in jeder Sekunde erneut in die Spannung versetzend, die dem ganzen Stück den Atem gibt. Die Autorin Karin Grabenhorst hat die Geschichte der kleinen Seele nicht klischeehaft vermarktet, sondern in vielfacher Weise ist es ihr gelungen, zu entfalten, was Menschen denken, hoffen und glauben. Menschen unterschiedlicher Erfahrungen und unterschiedlicher religiöser Beheimatung.

Elemente des Lebens wie Wind, Wasser, Wüste, Feuer und später auch Sterne entfalten ihre je eigenen Dimensionen, verbinden sich und hüllen Raum und Zeit gleichsam in ihren sinnsuchenden Dialog ein.

Unbeschreiblich, wie sich beispielsweise das durch drei Schauspielerinnen verkörperte Feuer über die Bühne ergießt, von ihr Besitz ergreift und seine lebenserhaltende und lebensbedrohende Dimension gegenüberstellt. Lichteffekte verbunden mit tänzerischer Ausdrucks Kraft lassen die in dieser Szene gesprochenen Worte lichterloh brennen.

Behutsamkeit ist eine Kunst dieser Szene wie überhaupt des ganzen Stückes, ergreifend, wie hier die Kleine Seele erschreckt und getröstet wird, wie sie Fragen stellen kann und von den einzelnen Figuren gemeinsam Antworten gesucht werden.

Das Ganze lebt ohne Mikrofone, ohne bemerkenswerte technische Verstärkung tragen die Stimmen der Darstellerinnen und Darsteller in ihrer geborenen Natürlichkeit ihre Botschaft, unterstützt und angemessen begleitet von eher leisen Instrumenten, die mit ihren Tönen sanft und wenn nötig aber auch schrill über die Bühne zu schweben scheinen.

Wenn es darum geht, »Ewigkeit« oder gar »Gott« zu definieren, bricht das Stück übliche enge Grenzen auf und zeigt deutlich die Vielfältigkeit menschlichen Selbstverständnisses. Nicht ein Gott, nicht eine Ewigkeit, sondern die Unendlichkeiten und Widersprüche menschlichen Seins werden zu verstehen gesucht. Hier fügen sich theologisch tiefsthinige Gedanken in gekonnter Weite und dabei zugleich orientiert auf interreligiöses Verständnis in qualifizierter Weise zusammen. Der Zuschauer wird eingeladen, seine Vorstellungen mit denen der anderen ins Gespräch zu bringen und wo er sich darauf einlassen kann, erschließt er sich dadurch neue Welten. Zeit als Ablauf von messbaren Momenten löst sich auf, wird durchbrochen und Gestern wird zum Morgen.

BERICHTE AUS DEN REGIONEN

Inge Morassi

Gefühlsmäßig wird der Zuschauer in die Tiefen seines Empfindens geführt, was Trauer ist, bleibt nicht vorgetragener Stoff, sondern wird zur empfindbaren Wirklichkeit. Schließlich auch im Mitleiden mit der zerstörenden Kraft des Feuers, eingearbeitet in die Personifizierung des biologischen Lebens im Ginkobaum. Das Leiden um das Leben selbst wird mitvollziebarer Akt, voller Kraft und Ausdrucksstärke. Der notwendige sterbende Teil des Lebens verliert sein Gewicht gegenüber dem starken Element des Lebens, zu dem das Sterben unbedingt dazugehört, einen Teil darstellt, der nicht abgetrennt vom Leben selbst verstanden werden kann.

Nach einer reifen und künstlerisch genussvollen Darbietung findet sich der Zuschauer verändert wieder, wird Zeit brauchen, nachklingen zu lassen, was ihm begegnet ist, und besser verstehen, wie er sich als Mensch als ein geniales Teilchen des Universums stets neu selbst zu verstehen und zu definieren versucht. Und weil er dabei nicht alle Antworten finden kann und braucht, wird er getröstet und bleibt unterwegs im Denken und im Fühlen und im sich Verstehen.

*Christoph Fischer, Königsfeld
Schulpfarrer der Zinzendorfschulen am 6. August 2010*

Ökumenischer Kirchentag in München

DAMIT IHR HOFFNUNG HABT

Es freute uns besonders, dass vom 12. bis 16. Mai 2010 der 2. ÖKUMENISCHE Kirchentag in München stattfand. Das Thema des Kirchentages »Damit ihr Hoffnung habt« war für uns und viele mit einem starken persönlichen Bezug verbunden: Wieder Hoffnung und Vertrauen in das Leben finden – für viele von uns jeden Tag aufs neue eine Herausforderung.

Susanne Lorenz, die Leiterin der Geschäftsstelle von Verwaiste Eltern München e. V. organisierte und koordinierte im Vorfeld unsere Teilnahme in der Messehalle mit einem Präsentationsstand. Petra Hohn, 1. Vorsitzende des Bundesverbandes Verwaiste Eltern Deutschland e. V. (VEID), und Inge Morassi, Schatzmeisterin des VEID, konnten am Dienstag anreisen, um den Stand zusammen mit uns Hauptamtlichen und einigen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen aufzubauen und während des ÖKT gemeinsam zu betreuen. Viele und intensive gute Gespräche mit Betroffenen, Grup-

penbegleitern, Seelsorgern, Hospizmitarbeitern und anderen am Thema Interessierten konnten so geführt werden. Es herrschte reges Leben bei den Menschen vor und im Stand.

Die Aufführung des Musicals »SIRIS Reise – oder wo ist der Weg zur Ewigkeit?« des Bremer Jugendchors »Die Lerchen« war für uns ein Höhepunkt der unzähligen Veranstaltungen des ÖKT. Idee und Geschichte kamen von Karin Grabenhorst und wurden in Zusammenarbeit mit dem Bundesverband und dem Verein Verwaiste Eltern und Geschwister Bremen e. V. realisiert. Die Darsteller waren einfach großartig, und die Geschichte hat mich selber tief berührt.

Über das große Interesse von so vielen Menschen an unserem Thema und über die Aufgeschlossenheit der Teilnehmer des ÖKT – sowohl am Stand als auch im Rahmen der Musical-Aufführung – haben wir uns alle sehr gefreut.

Elisabeth Schreyer, fachliche Mitarbeiterin, Verwaiste Eltern München e. V.

Ökumenischer Kirchentag in München

Verwaiste Eltern München e. V. waren gemeinsam mit dem Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland e. V. mit einem Info-Stand beim Ökumenischen Kirchentag in München vertreten. Susanne Lorenz und ihre Kolleginnen hatten unter der Mithilfe von Petra Hohn den Stand optisch ansprechend dekoriert. Auf Plakaten

wurde auf einige Themen der Trauerarbeit hingewiesen.

Für Gespräche war eine kleine Sitzgruppe vorbereitet, die gerne in Anspruch genommen wurde. Es gab viele interessante Begegnungen und Austausch mit Betroffenen und auch mit Angehörigen anderer Organisationen. So konnte der

Gedanke der Vernetzung weiter getragen und ausgebaut werden. Die Besucher konnten Informationsmaterial und Rundbriefe mitnehmen; auf der Landkarte von

Deutschland konnte eindrucksvoll dargestellt werden, wo überall bereits Gruppen und Verbände entstanden sind, die Hilfe und Unterstützung für verwaiste Eltern anbieten. *Inge Morassi*

Bundeskongress Notfallseelsorge und Krisenintervention, Münster

Beteiligung des Bundesverbandes am Bundeskongress Notfallseelsorge und Krisenintervention, Münster, 31. Mai bis 2. Juni 2010.

13. BUNDESKONGRESS NOTFALLSEELSORGE UND KRISENINTERVENTION ERFOLGREICH BEENDET.

Münster. Menschen, die in Deutschland unvorhergesehen in Not geraten, können künftig auf eine verbesserte Betreuung bauen. Auf dem Bundeskongress für Notfallseelsorge und Krisenintervention, der jetzt in Münster zu Ende gegangen ist, haben Notfallseelsorge, Feuerwehr, Polizei und Rettungskräfte ihre Zusammenarbeit weiter professionalisiert und ausgebaut. Über 300 Teilnehmer aus allen Bereichen der Einsatzdienste diskutierten drei Tage unter dem Titel »Miteinander vernetzt – Grenzen überwinden« innovative Wege der ganzheitlichen Versorgung von Menschen in Not und trafen neue konkrete Absprachen.



RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

105

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

BERICHTE AUS DEN REGIONEN

»Wenn der Tod zur Unzeit kommt« war der Titel des Workshops, der von Petra Hohn, 1. Vorsitzende des Bundesverbandes Verwaiste Eltern in Deutschland e.V., geleitet wurde.

Der sehr gut besuchte Workshop zeigte, wie wichtig dieses Thema auch in der Notfallseelsorge ist. Viele Anregungen und Hilfestellungen konnten die Teilnehmer für ihre Arbeit mitnehmen.

Der gesamte Kongress war ein sehr konstruktives Treffen und zeigte ein gutes Miteinander aller – auch ein weiterer Schritt, sich untereinander zu vernetzen. An einem Informationsstand konnten Interessierte sich Material über die Arbeit des Bundesverbandes Verwaiste Eltern in Deutschland e.V. und Hilfen für Betroffene mitnehmen.

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010
14

106

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

BERICHTE AUS DEN REGIONEN

»Vom Atmen unter Wasser« • Lisa-Marie Dickreiter

Dieser Titel ist eine Metapher, die einem – je länger man in diesem Buch – liest, immer deutlicher wird, dann nämlich, wenn einem die Luft weg bleibt, angesichts der Tragödie dieser Familie, aus deren Mitte die 16-jährige Tochter Sarah durch einen Mord gerissen wird. Es ist die unvergleichliche Sprache, in der Lisa-Marie Dickreiter die Trauer, den Rückzug, das Schweigen und das Sich-Verlieren einer Familie schildert, die dieses Buch – auch für Trauernde – so wichtig macht. (Siehe auch Rezension).

Viele Gespräche mit Menschen und Kontakte zu Institutionen entstanden – das gibt uns Hoffnung, dass Menschen in Notsituationen zukünftig noch besser zu begegnet werden kann. Beim nächsten Bundeskongress in Erfurt 2012 werden wir sicher wieder dabei sein.

Petra Hohn

10 Jahre Trauerarbeit Hattingen e. V. • traurig mutig stark

10 Jahre Trauerarbeit – da ist es gut, sich einmal auf die Anfänge zu besinnen.

Begonnen hatte alles 1999 in Hattingen Welper mit der ersten Trauergruppe für Verwaiste Eltern und in Hattingen Blankenstein mit der Eröffnung eines Trauercafés. Später sind dann Gruppen für Kinder und Jugendliche hinzugekommen und für jüngere Verwitwete. Im Jahr 2007 wurde die Zweigstelle in Wuppertal eröffnet.

Dies alles war für uns Grund genug, um am 21. November 2009 mit vielen Freunden und mit Menschen, die die Arbeit des Vereins wohlwollend unterstützen und begleitet haben oder ihn weiterhin unterstützen und begleiten, zu feiern.

Wir haben das Motto traurig mutig stark für unser 10-jähriges Bestehen gewählt, da diese drei Worte gut den Prozess beschreiben, den Trauernde durchlaufen, wenn sie an unseren Gesprächsgruppen teilnehmen. Zu Beginn einer Gruppe sind sie traurig über den Tod eines geliebten Menschen. Sie alle sind sehr mutig, indem sie sich der Trauer stellen und dadurch, dass sie sich den eigenen Gefühlen stellen, werden sie am Ende stark.

Der Abend wurde eingeleitet mit einem Begrüßungswort vom Vorsitzenden des Vereins. Daran

Lisa-Marie Dickreiter wird aus diesem Buch für Interessierte, aber auch speziell als eine Hommage an die Verwaisten Eltern – lesen. Das »Café Bilderbuch« stellt – als Eröffnung – sozusagen, die neuen Räume im 1. Stock über dem Café kostenlos zur Verfügung.

Termin: Donnerstag, 4. Nov. 2010, 20.00 Uhr

Ort: Café BilderBuch – Beletage (1. OG)

Akazienstraße 28 • 10823 Berlin-Schöneberg

Eintritt: frei

Gabriele Gérard

schlossen sich vier kurze Spots an, die unter dem Motto »Erinnerungen und Wünsche« standen, vorgelesen von der Geschäftsführerin des Vereins und drei Mitarbeiterinnen. Dann folgten mehrere Grußworte. U.a. war die Bürgermeisterin der Stadt Hattingen gekommen und der Superintendenten des Evangelischen Kirchenkreises Hattingen-Witten. Auch das Grußwort von Petra Hohn wurde verlesen. Damit es für unsere Gäste nicht zu anstrengend wurde, gab es zwischen den Reden immer wieder Musik.

Nachdem die Gäste bei Musik und leckerem Fingerfood miteinander ins Gespräch gekommen waren, kam der Höhepunkt des Abends: Ein Konzert mit der bekannten Gruppe »Klezmer Chai«. Dies war ein künstlerischer Genuss und die Gäste waren begeistert, was sich auch an den vielen Zugaben, die das Ensemble gab, ablesen ließ.

Alles in allem war es ein sehr gelungener Abend und wir freuen uns auf die vor uns liegende Arbeit und auf die nächste Feier in 10 Jahren.

*Birgit Schäfers, Seelsorgerin, Trauerbegleiterin
Verein für Trauerarbeit Hattingen e.V. • Zwgst. Wuppertal
Julius-Lucas-Weg 60 • 42113 Wuppertal • Fon: 0202/2987815
birgit.schaefers@verwaiste-eltern-wuppertal.de*

Erinnerungen an den »Anfang« vor der Vereinsgründung der Verwaisten Eltern München e.V.
Vor Wochen wurde ich gefragt, ob ich zum Jubiläum der »Verwaisten Eltern« etwas schreiben könnte. Ich habe zugesagt, bei gleichzeitiger eigener Unsicherheit und bereits in der Ahnung, dass bei mir ein nicht kalkulierbarer innerer Prozess ausgelöst wird, dass das Ganze etwas sehr Persönliches werden könnte. Ich habe schließlich beschlossen, nur das heranzuziehen, was in meinem abrufbaren Gedächtnis aufgehoben ist und Akzente zu setzen, verbunden mit einigen Reflektionen.

Dabei wird naturgemäß mein emotionales Gedächtnis von besonderer Bedeutung sein. »Erinnerung« besagt in diesem Fall also, dass das Gemeinte wirklich verinnerlicht ist, immer noch mit Auswirkungen auf mein eigenes Leben. Denn es geht nicht um irgendein Thema, sondern um eine Wichtiges in unserem Leben und in unserer Gesellschaft.

1986 trat Dr. Christian Schmierer, Leiter der wichtigsten und größten Abteilung des Münchener Diözesan-Caritasverbandes, an den Schwabinger Sozialpsychiatrischen Dienst in der Giselastraße heran, mit einer spürbar, auch für ihn selbst wichtigen dringlichen Anfrage. Adressat waren vor allem der damalige Leiter Manfred Muhl (Soz.päd.) und ich als Arzt im Dienst (beide zugleich auch Theologen). Ich war damals ganz und gar nicht darauf eingestellt, was Gegenstand dieser Anfrage war und welche Folgen das für mein gesamtes berufliches Leben bis heute haben würde.

Eine Gruppe von drei betroffenen Müttern – Karin Berlin, Elke Leonhardt, Tina Quak – hatte bei der Caritas nachgefragt, ob sie nicht professionelle Begleiter für die noch reine Selbsthilfegruppe zur Verfügung stellen können.

Herr Muhl sagte relativ schnell ab (freilich ohne zu wissen, dass ihn später das Thema noch einmal einholen sollte). Aber auch ich wollte nicht sofort zusagen, denn ich wollte mich zuerst einigermaßen kundig machen darüber, was da auf mich zukam, und ob und wie ich mich darauf einlassen konnte.

Am weitesten fortgeschritten in Deutschland war in der Beschäftigung mit diesem Thema, und der Einrichtung von entsprechenden Begleiterangeboten für trauernde Eltern und Geschwister, die evangelischen Akademie Nordelbien in Hamburg/

Bad Segeberg unter der Leiterin Dr. Mechtilde Voss-Eiser. Also reiste ich dorthin, trat in Gespräche ein und nahm an einem Trauerwochenende teil. Dabei musste ich, vor allem durch die Erfahrung mit Betroffenen, eine in der Gesellschaft verbreitete und auch in meiner vorhandenen Vorstellung noch existierende Meinung sehr bald korrigieren. Ich bekam es nämlich nicht mit einem dunklen toten, vom Leben abgeschnittenen Winkel zu tun, sondern begegnete dem Leben. Ich erlebte schon am Anfang und dann regelmäßig immer wieder, wie Rollen durchbrochen oder abgelegt wurden, Fassaden einstürzten. Das Leben zeigte sich – trotz aller Widersprüche und tiefen Schmerzes – unverstellter, unmittelbarer, authentischer und eröffnete eine empathische Nähe zum Menschen, wie sie sonst kaum vorkommt. Diese Nähe war trotzdem nicht selbstverständlich und konnte für mich nie zur Routine werden. Diese Bezogenheit auf das Leben war für mich dann doch die eigentliche Motivation dafür, diese Arbeit zu übernehmen. Um über Trauer zu lernen, waren für mich immer die Trauernden selbst wichtiger als Bücher. So fallen mir, wenn ich zum Thema »Trauer« nachdenke oder rede, noch heute ganz konkrete Menschen mit ihren Schicksalen ein – aus den ersten Anfängen bis heute, die Gruppen, die bei der Caritas angesiedelt sind, wo ich sie wieder zusammen mit einer Kollegin, begleite.

Die Gruppentreffen fanden in den Räumen meiner Dienststelle statt, einem Schwabinger Altbau mit Atmosphäre. Verkehrsanbindung sehr gut – einen besseren Standort für die Gruppe konnte es kaum geben.

Ein eigenes Telefon wurde von der damaligen Sekretärin, oftmals als Erstangesprochene sehr achtsam und einfühlsam bedient.

Zusätzlich waren ehrenamtliche spirituelle Begleiter der ersten Stunde Pfarrer Stahlschmidt und Pater Först OFM. 1988 wurde mit Frau Hanna Dusch-Seifert die erste hauptamtliche Psychologin eingestellt. Selbst Betroffene, baute sie u.a. eine Geschwistergruppe auf und hatte beachtlichen Anteil an der Produktion des Filmes »Schattenrisse«.

Eine große Bereicherung an der Gruppe war auch das Engagement von Frau Ursula Goldmann-Pesch, die 1988 ihr bekanntes Buch veröffentlichte. Ein Meilenstein in der weiteren Entwicklung war ein in der kath. Akademie veranstaltetes öffentliches Forum »Ein Tod zur Unzeit«, um u.a.

wichtige Berufsgruppen mit unserem Anliegen bekannt zu machen und es mit ihnen zu diskutieren.

Noch eines muss kurz zur Sprache kommen und braucht nicht verschwiegen zu werden: Ich habe immer wieder erfahren (müssen), dass der Bereich vom Sterben, Tod und Trauer auch ein sehr sensibler Bereich ist, wo Verletzungen möglich sind, wo auch Machtkämpfe vorkommen können. Einen Einbruch solcher Art gab es damals zur Zeit der Vereinsgründung, als im Zusammenhang mit der Projektierung der Trauerbegleiterausbildung durch Dr. Mechtild Voss-Eiser und Dr. Ruthmarijke Smeding, woran sie selbst teilnahmen, ein dort entstandener Konflikt sich nach München übertrug. Das war für mich eine sehr schwere Zeit, verschärft auch durch den Umstand, dass er in die Zeit der Vereinsgründung

fiel. Ich muss auch gestehen, dass ich mit einem »Trauerverein« damals meine Schwierigkeiten hatte. Eine wirkliche Auflösung des Konflikts wurde schließlich auch dadurch erschwert, dass die Hauptbeteiligten (Dr. Schmierer, P. Först, Christel Ziegler), die ich selbst noch als Geschäftsführererin vorgeschlagen hatte) in relativ kurzer Zeit starben. Ich habe bei dem allen viel über die Bedeutung der Beziehungsebene gelernt, gerade im Umgang mit Trauernden. Das Thema »Beziehungen« ist für mich inzwischen zum eigentlichen Lebens-Thema geworden. Man kann nur sagen: Die Anfänge hatten es in sich – und begleiten bestimmt in die Zukunft hinein. Wir alle haben dazu gelernt und lernen weiter. Und ich bin dankbar für den Teil in meinem Leben, der den Verwaisten Eltern gilt.

Eberhard Weidler

20 Jahre Verwaiste Eltern München e.V.

Rückschau auf eine außerordentliche Entwicklung

Im Mai 1994 habe ich meine Arbeit als Verwaltungsmitarbeiterin im Verein Verwaiste Eltern München e.V. begonnen, vier Jahre nach der Gründung. Zur damaligen Zeit war der Verein noch relativ klein und überschaubar, wir hatten zwei kleine Räume in der Schrenkstraße und ich saß die meiste Zeit alleine am Schreibtisch. Die Geschäftsstellenleiterin und 1. Vorsitzende Christl Ziegler war »in guter Hoffnung« und kam nicht täglich aus Aichach in die Geschäftsstelle, vieles wurde über das Telefon abgesprochen. Der Computer hielt bald darauf Einzug und es wurde eine Adressendatei eingerichtet.

Die wohl größte Erschütterung war bereits ein Jahr nach meinem Arbeitsbeginn der Unfalltod von Christl Ziegler. Drei treue ehrenamtliche Vorstände, Elke Leonhardt, Erich Kropf und Hanny Höfelein haben zusammen mit mir nichts unversucht gelassen, um die Arbeit fortsetzen zu können. Der Unterstützungsbedarf und die tiefe Überzeugung von der Notwendigkeit der Arbeit für betroffene Eltern war unser Motor. So konnten bereits 1996 die Vorstandämter wieder auf sieben Schultern verteilt werden. Manfred Muhl wurde als neuer Geschäftsführer und Mag. theol. Christine Fleck-Bohaumilitzky als fachliche Leitung eingestellt. Dem Wachstum stand nichts mehr im Wege, was unterstützt wurde durch die

räumliche Ausdehnung, den Umzug 1998 nach Haidhausen, am St.-Wolfgang-Platz. Persönlich sorgte ich für mein inneres Wachstum durch Aus- und Weiterbildungen im therapeutischen und spirituellen Bereich. Dadurch konnte ich meinen vielfältigen Aufgaben besser gerecht werden.

Die Geschäftsstellenleitung wechselte von Manfred Muhl auf Susanne Lorenz im Jahr 2000 - neue Personen bringen neue Ideen, die Arbeit bekam mehr Struktur, die Öffentlichkeitsarbeit konnte enorm erweitert werden. Neue Projekte wurden geboren und tragen zum Bekanntheitsgrad des Vereins in der Öffentlichkeit als wichtiger Partner in Lebenskrisen bei. Nebenbei lief die Renovierung der Räumlichkeiten, was für uns Hauptamtliche so manche Herausforderung bedeutet hat. 2003 wurde durch die berufliche Veränderung von Christine Fleck-Bohaumilitzky Claudia Schmid für die fachliche Leitung eingestellt.

Das Herzstück des Vereins ist jedoch die Gruppenarbeit, die von vielen Ehrenamtlichen mit großem Engagement geleistet wird. Auch für mich steht die Begegnung mit den Betroffenen im Mittelpunkt meiner Arbeit. Deshalb ist es sehr erfreulich für mich, dass sich seit etlichen Jahren das Angebot der Beratung in Form von Einzelgesprächen etablieren konnte, hauptsächlich teilen sich Claudia Schmid und ich diese Aufgabe. Inzwischen hat sich der Verein Verwaiste Eltern

München e.V. bayern- und deutschlandweit zu einer festen Anlaufstelle für trauernde Eltern und Geschwister sowie ihre Angehörigen und Freunde entwickelt.

Bereits direkt nach dem Tod eines Kindes kann auf Wunsch Akutbegleitung im Rahmen des Projekts Primi Passi oder direkt an der Geschäftsstelle von den fachlichen Mitarbeiterinnen angeboten werden. Den Betroffenen werden an der Geschäftsstelle Einzelberatungen, Gruppenangebote, Seminare, Faltblätter, erste hilfreiche Handreichungen, Broschüren und Literatur zur Verfügung gestellt. Gruppen werden auf Wunsch übermittelt für Nachfragende aus den verschiedenen Regionen; Adressen von anderen Eltern in

vergleichbarer Situation, sowie Brief- und Telefonkontakte vermittelt. Ausbildungsangebote für Trauerbegleiter und helfende Berufe werden angeboten und vieles mehr.

Ich bin sehr dankbar und stolz, seit 16 Jahren Teil dieser Vereinsarbeit sein zu dürfen und konnte vielleicht so manchen Betroffenen in dieser extremen Situation mit meinem persönlichen Einsatz eine kleine Lebensperspektive bieten.

Die detaillierte Chronik des Vereines ist nachzulesen in dem Buch »Überall deine Spuren«, dieses Buch wurde zur 10-Jahresfeier herausgebracht und beinhaltet außer der Chronik viele Erfahrungsberichte von Betroffenen aus unseren Gruppen.

Lisa Schreier

14
RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

109

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

20 Jahre Verwaiste Eltern und Geschwister Hamburg e.V.

September 1990: An einem runden Tisch in der Evangelischen Akademie Hamburg sitzen Mütter und Väter, die mit dem Tod eines Kindes leben müssen, und gründen zusammen mit professionellen Helfern den Verein »Verwaiste Eltern«. Zu lange schon hatten sie darunter gelitten, dass es für ihren Schmerz und die radikale Veränderung in ihrem Leben keinen Platz in einer auf stetes Funktionieren ausgerichteten Gesellschaft gibt. Die Erfahrung der gegenseitigen Annahme und Akzeptanz aller auf sie einstürmenden Gefühle, die sie in einer bis dahin von der Nordelbischen Kirche angebotenen Gesprächsgruppe ausdrücken durften, ermutigt sie zu diesem Schritt. Sie wollen den vielen anderen trauernden Eltern die Möglichkeit geben, einen Ort der Geborgenheit und Unterstützung, einen Raum für Austausch und Neuorientierung zu finden. Zudem musste die Kirche zu diesem Zeitpunkt die Finanzierung einer Personalstelle aufgeben, so dass die Vereinsgründung auch für die Sicherung des begonnenen Angebotes von großer Bedeutung gewesen ist.

Auf seinem 20-jährigen Weg ist der Verein auch in stürmischen Zeiten stets seiner Aufgabe treu geblieben, trauernden Eltern und Geschwistern nach dem Tod eines Kindes bzw. Geschwisters Begleiter zu sein in einem so von Grund auf veränderten Leben. Am Sonntag, dem 19. September 2010 feiern wir nun unser 20-jähriges Jubiläum im Rahmen einer Benefizveranstaltung. Den Festtag begehen wir von 11 bis 17 Uhr mit einem ganztägigen Programm. Dabei verabschieden wir uns offiziell von »unserer« Anja Wiese. Der verwaiste Vater, Buchautor und Psy-

chotherapeut Roland Kachler wird den Vortrag halten »Meine Trauer wird dich finden«. Ein weiterer Höhepunkt ist die Lesung unserer Schirmherrin Frau Ulrike Folkerts aus dem Buch »Das Siegel der Tage« von Isabel Allende, das in gewisser Weise die Fortsetzung des Romans »Paula« ist, aus dem unsere Schirmherrin 2009 Frau Daniela Ziegler anlässlich einer Benefizveranstaltung in den Hamburger Kammerspielen so bewegend vorgetragen hat. Wenn man »Paula« versteht als ein Buch über das Thema »Abschiednehmen« von der geliebten Tochter, so ist »Das Siegel der Tage« der Bericht über das Leben mit der Trauer.

Einen musikalischen Kontrapunkt wird die Sängerin Frau Bissee Akamé aus Berlin setzen.

Für Kinder und Jugendliche bieten wir ein alternatives Programm mit Betreuung.

Als Veranstaltungsort haben wir den Gartensaal des Baseler Hofs in der Esplanade 15, 20354 Hamburg gewählt. Hier nahm die Arbeit des Vereins in den Räumen der ehemaligen Evangelischen Akademie vor 20 Jahren ihren Anfang.

Neben unserem abwechslungsreichen Programm, mit dem wir Sie sowohl erfreuen als auch informieren wollen, wird aber auch noch Zeit sein für anregende Gespräche, Wiedersehen mit alten Bekannten und Austausch von Neuigkeiten, Knüpfen neuer oder Vertiefen bereits bestehender Kontakte.

In diesem Sinne seien Sie ganz herzlich eingeladen! Wir freuen uns auf Ihr und Euer Kommen!

Verwaiste Eltern und Geschwistern Hamburg e.V.
Bogenstr. 26 · 20144 Hamburg · Fon 040/45 00 09 14
Um Anmeldung wird gebeten.

BERICHTE AUS DEN REGIONEN



Dieses Bild malte ihre Tochter Tiana 1988 und schenkte es ihrer Mutter zum Muttertag.

Sie haben es zu ihrem »Logo« erkoren.

Tiana wurde geboren am 27. Oktober 1973 und starb am 24. Dezember 1988.

Zwei Jahre später, am 1. Oktober 1990 gründeten sie die Selbsthilfegruppe in Steinhagen.

Und 1993 wurde die Gruppe als e.V. (eingetragener Verein) etabliert. Das Engagement für Verwaiste Eltern entwickelte sich im sozialen Bereich in den folgenden Jahren weit über den Ursprung hinaus. Gerrit Gerriets war u.a. Mitbegründer des **Bundesverbandes »Verwaiste Eltern in Deutschland e.V.«**. Besonders hat er das Zusammenwachsen der Regionalstellen mitinitiiert.

Gerrit Gerriets begleitet die Selbsthilfegruppe in Steinhagen.

Als seine erstgeborene Tochter Tiana mit gerade 15 Jahren an Weihnachten 1988 innerhalb weniger Stunden an Meningitis (Hirnhautentzündung) starb, brach für seine Frau Renate, die (damals) kleine Schwester Talke (7) und ihn die Welt zusammen. Nichts blieb mehr so, wie es einmal war. Das Leben wurde zur »Achterbahn«.

»Die Sonne ging unter, bevor es Abend wurde.« Diesen Spruch wählten sie zu ihrem »Leitspruch«.

Die Gründung weiterer Hilfseinrichtungen, speziell für Kinder, Initiativen zur Verbesserung des Rettungswesens und Beratung beim Aufbau und aktive Mitarbeit in der Notfallbegleitung im Kreis Gütersloh waren weitere Meilensteine.

Heute sind sie eine feste Institution im Gesundheitswesen. Auf ehrenamtlicher Basis!

Durch ihre Öffentlichkeitsarbeit ergab es sich, dass immer mehr betroffene Eltern aufmerksam wurden und Steinhagen zur Hilfestellung bei der Gründung neuer Selbsthilfegruppen nicht nur in NRW sondern auch in weiteren Bundesländern beitragen konnte.

15 Jahre nach Gründung der SHG, 1990, wurde zum 1. Januar 2006 den Vereinsstatus »neu aufgestellt« und nennt sich entsprechend der seit Jahren geleisteten landesweiten Aktivitäten fortan: »**Verwaiste Eltern NRW e.V.**«

Dadurch wird es möglich, dass sie als Landesverband den Selbsthilfegruppen in Nordrhein-Westfalen noch wirkungsvoller zur Seite stehen können, die gemeinsamen Interessen in der Öffentlichkeit, in der Gesundheitsselbsthilfe und gegenüber möglichen Trägern vertreten können und im Bewusstsein der Mitmenschen die Trauer um den Tod eines Kindes zu enttabuisieren.

In NRW sterben pro Jahr (geschätzt) 8.000 Klein-kinder, Jugendliche und erwachsene Kinder. Durch unterschiedlichste Ursachen. Eine erschreckende Vielzahl an Schicksalen, die die betroffenen Familien ereilt. Zurück bleiben verzweifelte Eltern, Geschwister, Großeltern und weitere Angehörige, die Hilfe suchen.

Nicht immer können all diese Menschen erreicht werden. Sie möchten Mut machen, sich an eine der Selbsthilfegruppen zu wenden. Dort finden sie nicht nur Gleichbetroffene, sondern auch Hilfen für diesen neuen Lebensabschnitt.

Offener Gruppenabend ist in der Regel jeden ersten Montag im Monat.

Willkommen sind auch Geschwister und nahe Angehörige.

Alle neu betroffenen Eltern können sich jederzeit beim Verein melden, um in Einzelgesprächen »erste Hilfe« in ihrer Trauer zu erfahren. Der erste Schritt, in eine Gruppe zu kommen, ist nicht leicht.

Die Teilnahme an den Gruppentreffen ist, wie seit Anbeginn praktiziert, kostenfrei.

Für die Getränke und Snacks freut sich ein Sparschwein über einen kleinen Beitrag.

Was bietet der Verein?

- Erstkontakte – telefonisch, brieflich oder persönlich –
- Krisenintervention bei aktuellem Todesfall eines Kindes – egal, wie alt –
- Einzelgespräche im Beratungsbüro, Klinik oder bei den Trauernden zu Hause
- Persönliche Kontakte zu anderen betroffenen Eltern
- Überkonfessionell, unabhängig, ethnisch neutral
- Mildtätig, gemeinnützig
- Regelmäßige offene Gruppenabende jeden ersten Montag im Monat
 - an Feiertagen und in den Ferien kann sich dies ändern –
- Kontakte zu anderen Selbsthilfegruppen in Wohnortnähe – bundesweit –
- Trauerseminare, Bildung, Ausbildung

- Umfangreiche Leihbibliothek mit themenbezogener Literatur
- Vortragsabende mit qualifizierten Referenten
- Arbeitstherapie in geschlossenen Gruppen unter fachlicher Anleitung
- Beratung und ggf. Vermittlung therapeutischer Hilfe
- Telefonbereitschaft, Rat und Tat
- Hilfestellung bei Gruppengründung
- Kooperation mit Einrichtungen für Trauerbegleitung
- Gemeinsame Aktivitäten auch im Freizeitbereich

Der Bundesverband dankt dem Landesverband Verwaiste Eltern Steinhagen für seine geleistete Arbeit für trauernde Mütter, Väter und Geschwister und wünscht alles Gute für die nächsten Jahre.

Petra Hohn

14

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

111

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

40 Jahre The Compassionate Friends

Gründungsgeschichte der Compassionate Friends UK, niedergeschrieben von TCF Mitbegründer und betroffenem Vater Joe Lawley (frei übersetzt von Vreni Lehner)

Am Morgen des 21. Mai 1968 bestiegen unsere Tochter Angela, vierzehnjährig und unser Sohn Kenneth, beinahe zwölfjährig, ihre Fahrräder, um wie gewohnt zur Schule zu fahren. Auf der Fahrt dorthin wurde Kenneth von einem Lieferwagen angefahren. Ein herbeigerufener Krankenwagen brachte ihn ins nahe Coventry und Warwickshire Spital, wo er bald auf die Intensivstation verlegt wurde. Wegen einer schweren Kopfverletzung war die Diagnose sehr besorgniserregend. Um Kenneths Bett standen seine herbeigerufene Familie, seine Freunde sowie ein junger Spitalpfarrer namens Simon Stephens. Dieser sagte zu uns: »... wenn ich irgendwie helfen kann?« Wir antworteten: »Könnten Sie für Kenneth beten?« Zu dieser Zeit waren wir uns bewusst, dass nur ein Wunder unseren Jungen retten konnte. Während seines Gebetes für Kenneth sagte der junge Pfarrer »... und für Billy«.

Es gibt Dinge die du nie vergisst. Wie sich später ergab, hatten diese einfachen drei Worte eine Bedeutung, die niemand hätte vorausahnen können. Wir fragten damals: »Wer ist Billy?« Billy Henderson war ein zwölfjähriger Junge, der älteste Sohn von Joan und Bill Henderson, der

sich im gleichen Spital im Endstadium einer Krebsekrankung befand. Wir wussten damals nicht, dass es Kinder gab, die an Krebs starben. Krebs war für uns eine Krankheit, die nur ältere Leute betraf.

Am Abend dieses Tages legte Simon Stephens ein kleines Holzkreuz in Kenneths Hände. Zwei Tage später, am 23. Mai 1968, mussten wir Kenneth gehen lassen. Während drei Tagen wurden wir Zeugen, wie das Leben unseres geliebten Sohnes langsam erlosch. In unseren Gedanken fragten wir uns: »Wie viele weitere Eltern müssen von ihrem geliebten Kind für immer Abschied nehmen und so schrecklich leiden wie wir?« In unserer tiefen Trauer verfolgten wir die Krankengeschichte von Billy. Tragischerweise starb Billy nur drei Tage später am 26. Mai, nach einem mutigen Kampf gegen das verheerende Wüten des Krebses. Nach Billys Beerdigung nahmen wir Kontakt auf mit Joan und Bill Henderson. Mit ihnen war es uns möglich, über unsere geliebten verstorbenen Kinder und unseren grausamen Schmerz zu sprechen. Unsere bisherigen Freunde konnten uns nicht unterstützen, es war für sie schwierig, die Tragödie anzusprechen, uns zuzuhören. Zwischen den Hendersons und uns entstand eine ganz spezielle Freundschaft, voll von Verständnis und Unterstützung, basierend auf dem Tod unserer zwei so sehr geliebten Jungen.

BERICHTE AUS DEN REGIONEN

Simon Stephens blieb in engem Kontakt mit unseren Familien und fragte an, ob er uns auch weiterhin besuchen dürfe. Er erklärte: »Wenn ein Kind im Spital operiert wird oder einer schmerzvollen Behandlung unterzogen wird, kann ich für das Kind beten, für die Fähigkeit des Chirurgen, der Krankenschwestern und aller weiteren medizinischen Angestellten. Aber wenn ein Kind stirbt, finde ich, wie auch alle anderen Geistlichen, keine angemessenen Worte. Aber IHR kennt diese Worte. Ihr findet sie auf ganz natürliche Weise. Glaubt ihr, dass dies auch für andere betroffenen Eltern funktionieren würde?« »Wieso sollte es nicht?« war unsere Antwort. »Ein Kind zu verlieren muss für andere ebenso schrecklich sein wie für uns. Wir alle benötigen Liebe, Trost und verständnisvolle Unterstützung.« Simon fragte uns, ob wir daran interessiert wären, eine Selbsthilfegruppe für trauernde Eltern zu gründen, welche einander unterstützen würden. Ein Wort ergab das andere und schlussendlich wurden zwanzig Einladungen an Familien verschickt, welche kürzlich ein Kind verloren hatten.

Am 28. Januar 1969 traf sich eine kleine Gruppe im Schwesternheim des Coventry und Warwickshire Spitals. Uns alle verband ein und dasselbe schwere Schicksal, und wir benötigten gegenseitige Unterstützung. Wir rätselten über einen Namen für unsere Gruppe und einigten uns auf »The Society of The Compassionate Friends«, (auf Deutsch: »Die Gesellschaft der mitfühlenden Freunde«). Ein Komitee wurde gewählt, es bestand aus: Simon Stephens, Joe Lawley, Betty Rattigan, Bill Henderson, Joan Henderson und Iris Lawley.

Überraschenderweise mussten wir feststellen, dass religiöse Institutionen kein Verständnis für

den fortdauernden Schmerz der Eltern nach dem Tod ihres Kindes hatten. Somit wurde innerhalb der TCF Gruppe vereinbart, fundamentale Kernpunkte der Trauer, welche von professionellen Institutionen weder angesprochen noch verstanden wurden, zu unterstützen.

Nach der Gründung der Coventry Gruppe nahm Simon regelmäßig an unseren Sitzungen teil und unterstützte uns bei unseren anfänglichen Schwierigkeiten. Bald durften wir erfahren, dass er von seinem Spital und seinen religiösen Verpflichtungen beurlaubt worden war, um landesweit Betroffenen zu helfen, neue Selbsthilfegruppen zu gründen.

In Anerkennung seiner Arbeit, der Liebe und dem Verständnis, das er uns entgegengebracht hatte, ernannten wir Simon Stephens zum Gründer von The Compassionate Friends UK.

Einige Zeit später gab Simon Stephens dem *TIME Magazin* (USA) ein Interview und wurde bald darauf nach Florida eingeladen, um eine Gruppe von trauernden Eltern zu treffen. Daraus ergab sich 1972 die Gründung von The Compassionate Friends USA, gefolgt von Kanada, Australien und Südamerika. Heute gibt es weltweit mehr als 30 Länder, in welchen The Compassionate Friends vertreten sind.

The Compassionate Friends entstand aus der einfachen Gegebenheit, dass nur betroffene Eltern und ihre Familien den Schmerz und die Seelenqual verstehen können, welche der Verlust eines Kindes mit sich bringt. Nur ihnen ist es möglich einem anderen trauernden Elternteil zu helfen, ihn zu trösten und ihm liebevoll zu begegnen.

In großer mitfühlender Liebe
Joe und Iris Lawley

Jubiläumstreffen 40 Jahre The Compassionate Friends

Vom 16. bis 18. Oktober 2009 fand in Bosworth Hall, Warwickshire, England das Jubiläumstreffen zum 40-jährigen Bestehen von The Compassionate Friends (TCF) statt.

An diesem unvergesslichen Treffen nahmen Jackie Becker, Henry und ich als Vertreter des Regenbogens Schweiz teil. Die Feier stand unter dem Leitmotiv »Ein Hoffnungsschimmer, ein Lichtblick«. Wahrlich ein treffender Titel, war TCF doch in den letzten 40 Jahren ein Licht in der Dunkelheit für unzählige von trauernden Eltern.

Wir trafen die mittlerweile hoch betagten aber immer noch rüstigen Mitbegründer von TCF, Joe und Iris Lawley und Joan Henderson und werden ihnen immer dankbar sein für ihre Erkenntnis und ihr Mitgefühl, welche zur Gründung von The Compassionate Friends führte.

Kein Auge blieb trocken, als das Ehepaar Barbara und Michael Wilson die tragische Geschichte ihrer Tochter Sarah erzählten, die vor 10 Jahren bei einem Canyon Unglück ums Leben kam. Ihr kürzlich erschienenes Buch heißt »First Year – Worst Year«.



Joe and Iris Lawley.



Peter Austen während der Kerzenzeremonie.

Von den vielen berührenden Rituale möchten ich die Kerzenzeremonie von Jim Pringle und Peter Austen erwähnen. Während des Nachtessens des ersten Abends projizierte Jim die Namen unserer verstorbenen Kinder in alphabethischer Reihenfolge auf eine Leinwand. Beim Erscheinen der Namen durften die entsprechenden Familienmitglieder Kerzen anzünden. Andächtig und wehmütig bliesen wir später am Abend unter Peters Anleitung diese Kerzen wieder aus. Er lehrte uns, in Gedanken an unsere Kinder den aufsteigenden Rauch der erloschenen Kerze einzufangen, an unser Herz zu drücken und dann loszulassen. Einer der Höhepunkte war die Ansprache der 85-jährigen Präsidentin von TCF England, Countess Patricia Mountbatten of Burma. Was für eine gütige, bescheidene Person sie doch ist. Einer ihrer Zwillingssöhne starb vierzehnjährig beim I.R.A.-Attentat von 1979 in Irland.

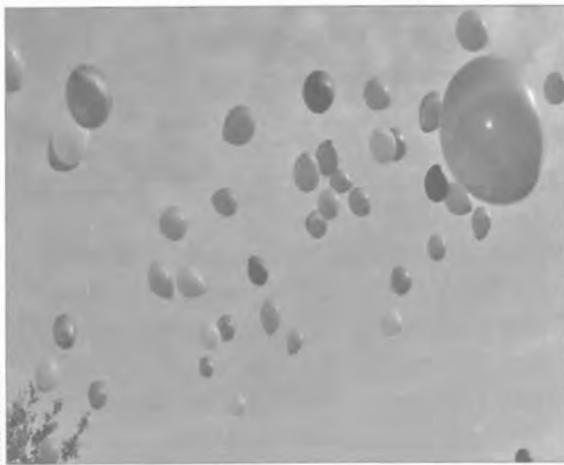
Mit einem Bus reisten wir am Samstagnachmittag nach Coventry zum neuen Universitätsspital, wo nach einer Predigt durch den dortigen Priester, Countess Mountbatten den neu verlegten TCF Gedenkstein enthüllte, welchen sie 1989 beim damaligen Coventry and Warwickshire Spital eingeweiht hatte.



Countess Patricia Mountbatten of Burma enthüllt den Gedenkstein.



Jackie Becker mit neu gewonnenen Freunden aus Zimbabwe.



Botschaften an unsere Kinder fliegen himmelwärts

Am Sonntagmorgen wanderten wir in Erinnerung an unsere verstorbenen Kinder bei wärmendem Sonnenschein an herbstlich gefärbten Laubbäumen vorbei zum Bosworth Park, wo wir an der Gedenkfeier zum 40-jährigen Bestehen von TCF England teilnahmen. Anschließend ließen wir bunte Ballone mit Botschaften an unsere geliebten Kinder in den leuchtend blauen Himmel fliegen.

Bosworth Hall ist ein wunderschöner Ort für eine solche Begegnung. Aber es war das Zusammensein mit alten und neuen Freunden, das Gefühl der Vertrautheit durch das gemeinsame Schicksal, welches dieses Treffen zu einem so herzerwärmenden Erlebnis machte.

Sh. detaillierter Newsletter Nr. 62 unter www.tcf.org.uk

Vreni Lehner

Ehrenzeichen des Bayerischen Ministerpräsidenten für Margot Boesl, Landshut

Margot Boesl gründete 1992 mit anderen zusammen die Selbsthilfegruppe Verwaiste Eltern. So war auch in Landshut ein Anlaufpunkt für trauernde Eltern geschaffen. 1996 übernahm sie die Leitung dieser Gruppe, die sich zwei Mal im Monat trifft. Auch zwischen den Gruppentreffen stand sie den Trauernden für Gespräche zur Verfügung. Margot Boesl hat selber ein Kind verloren, das nur fünf Tage alt werden durfte. Mit viel Einfühlungsvermögen begleitete sie die trauernden Menschen. Für die Betroffenen legte sie eine »kleine Trauerbibliothek« an. Immer wieder bildete sie sich in vielen Seminaren zum Thema Trauerbegleitung fort. Landrat Josef Eppeneder sagte in seiner Laudatio, dass sich Margot Boesl durch ihr ständiges Bemühen, anderen Menschen einen Teil ihres Leides abzunehmen oder zumindest etwas zu erleichtern, ausgezeichnet habe.

»Ehrenamtliches Engagement ist so bunt und vielfältig wie das Leben selbst – und so breit gefächert wie die Interessen der Menschen«, formulierte der Landrat.

2008 beendete Frau Boesl die Leitung der Selbsthilfegruppe und legte sie in neue Hände. Sie wollte sich nun intensiver um die Montessorischule in Geisenhausen kümmern. Dort war sie zunächst Elternbeiratsvorsitzende. Seit 2005 ist sie als ehrenamtliche Schulvorständin tätig und trägt so wesentlich zur Elternarbeit in der Schule bei. Der Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland e.V. gratuliert Margot Boesl ganz herzlich zu dieser Ehrung und dankt ihr für ihr jahrelanges Engagement für trauernde Eltern und Geschwister.

mcfb

vgl. Gabi Lössl, Katharina Blömel in der Landschter Zeitung vom 27. August 2009.

Gründung der Trauernden Eltern und Kinder im Saarland e.V.

Am 18. Januar 2010 wurde in Saarlouis der Verein »Trauernde Eltern und Kinder im Saarland e.V.« gegründet.

Wie es dazu kam: 2004 starb mein fast sechsjähriger Sohn Daniel. Daniel hatte vier Jahre an Krebs gelitten, war gesund geworden und wurde kurze Zeit später von einem Auto überfahren. Meine Frau suchte Hilfe in einer Trauergruppe, angeboten vom Dekanat, während ich Trauerseminare für Väter bei den Trauernden Eltern und Kindern Rhein-Main besuchte, da solche Seminare im Saarland nicht angeboten wurden. 2006 begann ich die kleine Weiterbildung zum Trauerbegleiter, die von Helga Franz-Flösser und Dieter Steuer im Waldpiratencamp Heidelberg geleitet wurde. Im gleichen Jahr gründete ich auch die Selbsthilfegruppe für Trauernde Eltern Saarlouis. Da die Gruppe im Laufe der Zeit immer stärker besucht wurde, begann ich zu überlegen, einen Verein zu gründen, um mehr Betroffenen helfen zu können. Parallel dazu lernte ich durch Dieter Steuer Frau Meike Stoll kennen, die die Weiterbildung zur Kindertrauerbegleiterin absolviert hat. In Zusammenarbeit mit der KEB riefen wir dann eine Kindertrauergruppe ins Leben, die auf sechs Treffen begrenzt war. Durch die durch-

weg positiven Reaktionen darauf war uns klar, dass wir eine Struktur, sprich einen Verein, bilden müssten. 2009 erschien dann in der Zeitung ein Artikel über die Selbsthilfegruppe Saarlouis, in dem ich an der Gründung eines Vereins interessierte Menschen dazu aufrief, sich bei mir zu melden. Und zu meiner Überraschung taten das auch einige, unter Ihnen Herrr und Frau Lengler, die schon mehrere Jahre beim Veid mitarbeiteten. So fingen wir an, uns zu treffen, um die Satzung zu erarbeiten, und am 18. Januar dieses Jahres wurde schließlich der Verein gegründet. Wir sind gerade dabei, einen Flyer und die Homepage zu erstellen und wollen uns dann der Presse vorstellen. Unsere Vorsitzende Frau Hohn hat sich freundlicherweise bereit erklärt, dabei einen kurzen Vortag zu halten. An Gruppen laufen zur Zeit zwei offene Trauergruppen, eine geschlossene ist angedacht, und nach den Sommerferien wollen wir eine Kindertrauergruppe ins Leben rufen. Für die Mitglieder haben wir einen Stammtisch eingerichtet, um sich unter einander besser kennenzulernen und Erfahrungen auszutauschen. Es herrscht zur Zeit eine Art Aufbruchsstimung bei uns, und wir sehen der Zukunft des Vereins frohen Mutes entgegen. Michael Schmitz

Am 10. Juni 2010 stellte sich der im Januar diesen Jahres gegründete Verein »Trauernde Eltern und Kinder im Saarland e. V.« in Saarlouis der Öffentlichkeit vor. Vor zahlreichen Gästen und der Presse berichtete der 1. Vorsitzende Michael Schmitz über die Entstehung und die Ziele des Vereins.

Anschließend referierte Petra Hohn, die extra für diese Veranstaltung ins Saarland reiste, über die Verwaisten Eltern in Deutschland. Danach war ausreichend Gelegenheit zu Gesprächen mit den Teilnehmern.

Der Abend klang aus mit dem Stammtisch des Vereins in den Saarlouiser Käsematten.

Nach dem Tod des Kindes zurück ins Leben finden

Verein „Trauernde Eltern und Kinder“ bietet Hilfe an

Weil er seinen Sohn bei einem Verkehrsunfall verlor, gründete Michael Schmitz eine Selbsthilfegruppe in Saarlouis. Die Resonanz war so groß, dass ein Verein für das Saarland geschaffen wurde, der trauernde Menschen unterstützt.

Von SZ-Mitarbeiterin
Heike Theobald

Saarlouis. „Trauerbegleitung bedeutet für uns, es zu schaffen, dass Menschen anstatt durch Trauer zu verbittern, wieder den Weg zurück ins Leben finden“, sagte Michael Schmitz aus Saarlouis. Er ist Vorsitzender des Vereins „Trauernde Eltern und Kinder im Saarland“. Der im Januar gegründete Verein steht unter dem Dach des Bundesverbandes „Verwaiste Eltern in Deutschland“ und bietet Betroffenen einen geschützten Raum für Gespräche in der Gruppe, aber auch für Einzelgespräche. Treffen in offenen Gruppen werden in Saarlouis und in Friedrichsthal angeboten, ab Oktober soll eine feste Gesprächsgruppe für trauernde Kinder in Saarlouis-Steinrausch hinzukommen. Der Verein präsentierte sich am Donnerstagabend in Saarlouis der Öffentlichkeit.

Michael Schmitz und seine Frau verloren ihren Sohn durch einen Verkehrsunfall – kurz vor seinem sechsten Geburtstag. „Uns war es damals unendlich wichtig, dass wir Menschen getroffen haben, mit denen wir uns austauschen konnten, mit denen wir uns verstanden haben“, sagt Schmitz. Hilfe fanden er und seine Frau in einer Trauer-



Das geschmückte Grab eines Kindes. Eltern kommen oft nur schwer über den Tod eines Kindes hinweg. Der Verein „Trauernde Eltern und Kinder“ will dabei helfen.

Foto: Imago

gruppe in Merzig. Kurz darauf ließ sich der 47-Jährige zum Trauerbegleiter ausbilden, gründete 2006 die Selbsthilfegruppe „Trauernde Eltern Saarlouis“. Nachdem die Saar-



Michael Schmitz



Petra Hohn

brücker Zeitung voriges Jahr über die Selbsthilfegruppe berichtete, verbunden mit dem Aufruf, bei der Gründung eines Vereins mitzuhelfen, war die Resonanz groß. Dadurch konnte die Gruppe unter den Dachverband „Verwaiste Eltern in Deutschland“ auf ein festes Fundament gestellt werden. 30 bis 40 betroffene Eltern aus dem Saarland nehmen derzeit das Angebot des Vereins an. „Trauerbegleitung ist Begleitung zur Lebensgestaltung“, erklärt Schmitz. Der Verein möchte trauernde Eltern da abholen, wo sie in ihrem Schmerz und in ihrer Verzweiflung stehen. Die Trauerbegleiter – es sind meist selbst Betroffene – werden für ihre Arbeit über den Dachverband qualifiziert. „Betroffen zu sein ist sehr hilfreich, befähigt aber nicht alleine, anderen zu helfen“, sagt die Bundesvorsitzende Petra Hohn.

◆ Kontakt unter Telefon (0 68 31) 966 58 18 oder www.tek-saarland.de.

14
OKTOBER 2010

115

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

BERICHTE AUS DEN REGIONEN

Trauernde Eltern & Kinder Rhein-Main e. V.

Ein Kind ist gestorben – Den eigenen Trauerweg finden. Wenn Kinder & Jugendliche trauern.

Mit diesen beiden Leitgedanken auf seinem Flyer stellt sich der Verein »Trauernde Eltern & Kinder Rhein-Main e. V.« nunmehr seit 1997 (Elterntrauer) bzw. 2008 (Kindertrauer) in den Dienst Betroffener. Der Verein mit Sitz in Mainz, der

gleichzeitig auch Regionalstelle des Bundesverbandes (VEID) ist, wurde ursprünglich aus einem gemeinsamen Impuls der Klinikseelsorge der Universitätskliniken Mainz und betroffener Eltern gegründet. Die Aussage betroffener Eltern »Als mir niemand mehr zuhörte, habe ich hier einen Platz gefunden« war dabei Impulsgeber für diese Pionierarbeit.

In der Zwischenzeit zählt der Verein über 300 Mitglieder. Der Umfang der Beratungsgespräche ist in die Höhe geschnellt. Zusätzliche Räume mussten angemietet werden. Der Vereinsetat ist explodiert, seine Finanzierung eine Mammutaufgabe geworden. Eine Entwicklung, die einerseits den Anspruch des Vereins unterstreicht, andererseits zu einer Herausforderung geworden ist, die mit der ehrenamtlichen Arbeit des Vorstands bzw. der Geschäftsstelle immer weniger vereinbar ist. Was hat den Verein für Betroffene so wichtig gemacht? Welches Leitbild steht dahinter? Im Rhein-Main-Gebiet trauern Jahr für Jahr Hinterbliebene um ca. 400 verstorbene Kinder. TRAUERnde ELTERN & KINDER bietet den Betroffenen die für sie individuell erforderliche Begleitung und Beratung in ihrer Trauer an. Professionelle Trauerbegleiter übernehmen dabei Einzel-, Paar- und Familienberatung, offene und geschlossene Gesprächsgruppen sowie Tages- und Wochenendseminare. Ergänzt wird die fachliche Betreuung durch vielfältige soziale Kontaktmöglichkeiten innerhalb der Mitgliederschaft.

Kinder haben ein anderes Verhältnis zur Trauer, sie trauern anders. Deshalb hat sich der Verein vor ca. zwei Jahren auch der Kindertrauer geöffnet. Kindergruppenarbeit, Beratungsgespräche für Eltern sowie Beratung und Schulung für Institutionen finden auch hier unter fachlicher (psychologischer) Leitung statt.

All diese Angebote stehen unter dem Leitgedanken, das gesamte Familiensystem zu stärken.

Dabei gesundheitliche Vorsorge zu treffen, denn nicht durchlebte Trauer kann zu psychischen und körperlichen Problemen führen. Das Angebot ist unabhängig von Alter, Konfession und Vereinsmitgliedschaft.

Ein Dauerbrenner ist die Sicherstellung der Finanzierung dieser Angebote. Denn neben den Mitgliedsbeiträgen stehen fixe Einnahmen in nur ganz bescheidenem Umfang zur Verfügung. Damit ist das Akquirieren von Spenden und dergl. eine dauernde Herausforderung für Vorstand bzw. die gesamte Mitgliederschaft.

Die Vereinsarbeit wird unterstützt durch eine eigene Web-Seite, eine Presse- und Informationsmappe sowie einen Flyer. Alle drei Medien wurden gerade aktualisiert. Die Mitglieder erhalten ca. dreimal im Jahr eine Info über das aktuelle Vereinsgeschehen. Einmal im Jahr erscheint die Zeitschrift MEMENTO, in der den Mitgliedern ein Forum geboten wird, ihre Gedanken zu ihrem ganz persönlichen Trauerweg auszudrücken. Dreimal wöchentlich hat die Beratungsstelle geöffnet. Unabhängig davon wird akut Betroffene bzw. Gesprächssuchenden auf direktem Weg der notwendige Kontakt hergestellt.

Kontaktadresse:

Trauernde Eltern & Kinder Rhein-Main e.V.
– Zentrum für Familientrauer –
Carl-Zeiss-Straße 32 · 55129 Mainz
Fon: 06131-6172658 · Fax: 06131-6172659
TrauerndeElternRM@t-online.de
www.eltern-kinder-trauer.de

Trauer um ein Kind – Die Selbsthilfegruppe Verwaiste Eltern in Weilheim

Es gibt viele Gründe zu trauern: Tod der Eltern, eines Partners, Krankheiten, Scheidung, Arbeitslosigkeit, Verlust der Heimat ... Aber wenn ein Kind stirbt, ist der Kummer besonders schlimm. Es hatte noch sein ganzes Leben vor sich; mit ihm haben wir ein Stück Zukunft verloren. Wir Eltern stehen unter Schock; wir können es gar nicht fassen, dass das Kind nie wieder nach Hause kommen wird. Wir leben wie in Trance, unfähig nachzudenken, betäuben uns vielleicht mit Aktivitäten, klagen und fragen: Warum ist gerade uns das passiert? Wo war Gott, warum hat er nicht geholfen? Was haben wir falsch gemacht? Haben wir unser Kind nicht genug geliebt? Man fühlt sich schuldig, weil man diesen Tod nicht verhindern konnte. Will Gott uns strafen? Aber wofür?

Und wo ist unser Kind jetzt? Manche wollen von Gott nichts mehr wissen: »Wir haben so viel gebetet, und was hat es genützt? Man sagt doch, Gott ist allmächtig!« Sie suchen den liebenden Gott, aber sie finden ihn nicht – wenigstens in dieser schweren Zeit. Unsere Denkweise ist nicht die Denkweise Gottes. Das ist für uns ein großes Geheimnis. Manche Menschen haben aber auch in dieser schlimmen Zeit einen tiefen Glauben gefunden.

Nach und nach kehrt der Alltag wieder zurück; aber das Leben ist schwierig geworden, auch der Körper reagiert heftig: mit Atemnot, Schlaflosigkeit, Zittern. Trauer macht oft schwer krank, häufig drohen Krebs oder Depressionen. Deswegen ist es besonders wichtig, Menschen zu finden, mit

denen man sprechen, sich austauschen kann. Menschen, denen man von dem Kind erzählen kann, mit denen man weinen und klagen kann und über alles reden, auch über das Leben überhaupt. Menschen, die manchmal, wenn das Leid zu groß ist, die Trauernden einfach schweigend in die Arme nehmen.

Die Umwelt ist oft sehr hart. Nach Monaten, nach ein bis zwei Jahren hört man sagen: »Nimm dich zusammen! Es wird Zeit, dass du wieder normal wirst!« Eine junge Frau, die ihr Kind während der Schwangerschaft verloren hat, muss sich vielleicht anhören: »Wir möchten wieder ein fröhliches Gesicht sehen, du bist jung, du kannst noch andere Kinder bekommen!« Solche Bemerkungen sind Schläge ins Gesicht der trauernden Mütter und Väter. Wer trauert, fühlt sich oft wie ein Ausländer, fremd für sich selbst und fremd für die anderen; aber er freut sich auch über jeden, der ihm nicht aus dem Weg geht.

Großes Leid trifft auch die Geschwister des verstorbenen Kindes. Manche werden frech, ja gar unausstehlich, sie fühlen sich nicht mehr wohl zu Hause wegen der ständig traurigen Stimmung. »Die Eltern denken nur an den toten Bruder, an die tote Schwester, wir sind doch auch noch da!« Betreuung ist nötig für diese Kinder, die sich oft – je nach ihrem Alter – schwer artikulieren können.

Manchmal ist die Trauer so tief, dass die ganze Familie daran zerbricht. Frauen und Männer trauern nicht auf die gleiche Weise. Frauen können sich oft leichter öffnen als Männer; freilich ist das individuell sehr verschieden. Nach dem Verlust eines Kindes gehen siebzig Prozent der Ehen auseinander. Es ist allerdings auch wahr, dass in dieser schweren Zeit eine große Schaf-

fenskraft wachsen kann. Der Komponist Mahler hat nach dem Tod seiner Kinder wunderschöne Kinder-Totenlieder komponiert. Manche Menschen entdecken das Malen, das Dichten, die Bildhauerei. Musik hören – oder gar selbst musizieren – ist eine große Hilfe, um Trauer zu bewältigen. Ich habe das selbst erlebt.

Seit vierzehn Jahren gibt es in Weilheim unsere Selbsthilfegruppe Verwaiste Eltern. Wir sind an den gleichnamigen Verein in München angegliedert. Der Verein bietet den Trauernden Begleitung, Vorträge und Fortbildung. Ich bin gern in unserer Gruppe. Ich habe viel Trauriges erlebt: Trennung von Partnern, Verlust des Arbeitsplatzes ... Aber es ist auch schön zu sehen, wie Trauernde wieder Lust am Leben bekommen, wie Eheleute wieder zueinander finden, wie Menschen neue Perspektiven für ihr Leben entdecken können. Trauer zwingt einen, sich dem Leben zu stellen und Entscheidungen zu treffen, Ballast abzuwerfen und sich zu fragen: »Wie will ich jetzt leben? Welche Freunde will ich noch sehen?« Das alles sind Wege der Auferstehung. Jesus ist auferstanden, und unsere Kinder sind bei ihm gut aufgehoben und mit ihm auferstanden. Ich glaube fest daran. Der Tod hat nicht gesiegt, es lohnt sich weiter zu leben und dankbar zu sein dafür, dass wir das Kind eine Weile bei uns hatten. Trauer ist ein mühsamer Weg, der einem hilft, andere Prioritäten zu setzen: sie kann eine Schule des Liebens, der Toleranz und des Verzeihens werden. »Mit meinem Gott überspringe ich Mauern« sagt der Psalmlist. Diese Worte sollen uns immer begleiten.

Annick Neumeister

Wir danken dem Verein Verwaiste Eltern München für die Abdruckerlaubnis dieses Textes. Er ist dem Wegbegleiter 1/2010, S. 6f. entnommen.

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

117

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

BERICHTE AUS DEN REGIONEN

Gruppe »Leere Wiege« Friedberg

September 2009 – Etwas zögerlich betritt die erste Mutter den Raum, in dem sich ab sofort einmal im Monat eine Gruppe von Eltern treffen wird, die ein Baby vor, während oder kurz nach der Geburt verloren haben. Die nächsten kommen – ein Ehepaar, dann zwei weitere Frauen. Für das erste Mal bleibt es bei vier Personen. Ich sehe den Gesichtern an, dass sie unsicher sind, ob sie hier in der Gruppe das finden, was sie suchen. Ich warzeitig da und habe den Raum vorbereitet. Nun können wir beginnen.

Den Anfang mache ich, indem ich mich kurz vorstelle. Sicherlich möchten die Teilnehmer wissen, mit wem sie es zu tun haben, welchen Hintergrund ich habe und warum ich diese Gruppe leite. Anschließend suchen sich die Teilnehmer je eine Postkarte mit verschiedensten Motiven aus, die ich vorher in der Mitte ausgelegt habe. Sie erzählen ihre Geschichte und was sie zur Zeit besonders beschäftigt. Mal ist es die bevorstehende Bestattung des Babies, mal das Kennenlernen des Kindes, das auf Anraten der Ärzte (vor 22 Jah-

ren) niemals stattgefunden hat, mal ist es der Schmerz über das Unverständnis der Außenwelt, mal die verschiedenen Trauerweisen innerhalb einer Familie. Zur »Halbzeit« habe ich Tee und Gebäck vorbereitet. Ich habe Bücher und anderes Informationsmaterial ausgelegt, das man sich jetzt ansehen kann. Nach der Pause geht es weiter mit einer Körperwahrnehmungsübung – wie komme ich wieder in Kontakt mit mir, mit all jenen Anteilen von mir, die scheinbar mit dem Kind gestorben sind? Im Erfahrungsaustausch kommt ein reges Gespräch in Gang. In den Folgetreffen, an denen mal nur ein Ehepaar, mal acht Teilnehmer kamen, stellt sich heraus, dass es gut

ist, dass die Teilnehmer an so unterschiedlichen Wegpunkten ihres Trauerwegs stehen. So kann anhand der Erzählungen Längeretroffener Mut geschöpft werden, diese schreckliche Akutzeit zu überleben. Längeretroffene können erkennen, dass sie schon eine bedeutsame Wegstrecke gegangen sind, aber dass sie auch »immer noch« das Recht haben, ihre Trauer offen zu zeigen. Es wird deutlich, dass Trauer niemals abgeschlossen ist, dass man nicht endgültig loslassen muss. Trauer wandelt sich fortwährend. Meist wird sie nach einiger Zeit lebbarer – sie gehört zu unserem Leben – wie es unsere Kinder immer tun werden.

Andrea Tradt

Oasen suchen und finden

Sind trauernde Eltern und Geschwister nicht oft vergleichbar mit Verirrten in der Wüste, die verzweifelt Ausschau halten nach einer Oase? Einer Oase in der man sich ausruhen und Kraft tanken kann, wo es aber auch Nahrung und Wasser gibt. Verwaiste Eltern und Geschwister können dort Ressourcen in sich entdecken, die sie in ihrer Trauer unterstützen und ihrem Körper, sowie ihrer Seele gut tun.

Vielleicht war für den Einen oder die Andere der zweite Frühlingsbrunch der Verwaisten Eltern und Geschwister Ostthüringens, solch eine Oase. Er fand am 29. Mai auch diesmal auf dem Gelände und in den Räumen der Evang. Pfingstgemeinde Gera-Ernsee statt.

Es waren mit den verwaisten Eltern Leipziger Land sogar liebe Gäste aus Sachsen gekommen und wir konnten unseren Gedanken- und Erfahrungsaustausch aus dem Jahr 2008 fortführen als wir bei ihnen in Borna zu Gast waren und herzlich umsorgt wurden.

Die Anreise nach Gera-Ernsee gestaltete sich für manch einen recht abenteuerlich, da rund um den kleinen Ortsteil die Straße gebaut wird und die Navis der Autos die aufregendsten Umleitungen aufzeigten.

Aber ist das nicht auch oft auf unseren Trauerweg der Fall? Wie oft gibt es dort Baustellen und wir müssen zurück gehen auf unseren Weg, viel-



Ein Teil der Gruppe.

Foto: Holger Günther



Luisa und Heike.



Beim Seidenmalen.

Foto: Holger Günther

leicht eine Umleitung nehmen oder nach Wegweisen suchen, die uns helfen weiter zu gehen. Ich glaube, zu unserem Frühlingsbrunch waren wir alle, jeder für jeden, solch ein lieber und achtsamer Wegweiser, ohne zu bestimmen und ungefragt Ratschläge zu erteilen.

Es gab neben Trank und Speise für das körperliche Wohlbefinden auch viele Möglichkeiten, seiner Trauer Gestalt zu geben.

Durch Töpfern, Seidenmalerei oder durch Anfertigen von Blumengestecken.

Bei sonnigem Frühlingswetter in angenehmer Umgebung und guten Gesprächen konnte man so auch seine verwundete Seele pflegen.

Mit neu aufgetankten Kraftpaketen sind dann Viele wieder in denn Alltag gestartet, der oft wenig Raum für die Trauer und Befindlichkeiten Verwaister Eltern und Geschwister lässt. Vielen Dank allen fleißigen Helfern und danke an alle die gekommen sind und den zweiten Frühlingsbrunch wieder zu so einer angenehme Oase gemacht haben.

Holger und Cornelia Günther, Verwaiste Eltern Ostthüringen

Foto: Holger Günther



Gemütliches Kaffeetrinken.

Foto: Holger Günther



Bildunterschrift.

14

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

119

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

BERICHTE AUS DEN REGIONEN

Wochenendseminar im Waldfpiraten-Camp in Heidelberg »Wege in der Trauer«

»Ihr habt doch eure Fortbildung in der Trauerbegleitung abgeschlossen, hättet ihr nicht Lust, ein Wochenende mit verwaisten Eltern zu gestalten und zu begleiten?«

Während der Jahrestagung in München 2009 erging diese Bitte eines betroffenen Elternpaares an uns, ein solches Wochenende durchzuführen. Da wir gerade im März des gleichen Jahres unsere Fortbildung in der Trauerbegleitung absolviert und mit der Leitung von Trauergruppen noch keine Erfahrung gesammelt hatten, versprach eine solches Wochenende für uns eine um so größere Herausforderung. Nicht zuletzt dadurch, dass sich das Seminar über mehrere Tage erstreckte.

»Wege in der Trauer« hieß das Thema, zu dem sich zwölf verwaiste Eltern und fünf Geschwisterkinder der »Elterninitiative krebskranker Kinder im Saarland e.V.« vom 26. bis 28. Februar 2010 im Waldfpiraten-Camp in Heidelberg einfanden, um gemeinsam ein Stück weit diesen Weg zu gehen. Nach einem freundlichen Willkommen durch die Leitung des Waldfpiraten-Camps trafen sich die Eltern nach dem Abendessen im Kaminzimmer,

das als Gruppenraum eigens für uns reserviert war. Die Geschwisterkinder erfuhren eine eigene Betreuung.

Um einen Weg in unser gemeinsames Thema zu finden, stiegen wir nach einer Vorstellungsrunde über die mitgebrachten Bilder und Erinnerungsstücke unserer verstorbenen Kinder ins Seminar ein. Hierzu hatten wir eine eigens dafür „gestaltete Mitte“ hergerichtet, in der neben brennenden Kerzen, einem kleinen Rosenstrauß, all unsere Gegenstände einen Platz fanden.

Mit dem Aufschreiben unserer Erwartungen für die kommenden Tage beendeten wir diesen ersten, aus aller Sicht sehr tiefgehenden Abend, mit einem Ausklang am Kachelofen.

Der Einstieg in den zweiten Tag begann mit einer Klangschalenentspannung oder Holzarbeiten im Werkraum des Waldfpiraten-Camps. Beide Angebote wurden gerne angenommen und fanden große Zustimmung. Zugleich bildeten sie einen willkommenen Übergang zu unserem Nachmittagsprogramm, das mit intensiven und tiefgreifenden Gesprächen in der Gruppe fortgesetzt wurde. Der gegenseitige Austausch wurde durch eine im Frei-

en durchgeführte Bewegungsübung mit anschließendem Spaziergang komplettiert.

Die Geschwisterkinder hatten neben einer Vielzahl von Aktivitäten eigens für die Erwachsenen eine Überraschung vorbereitet. Und so durften wir alle am frühen Abend an einer von den Kindern in kürzester Zeit einstudierten abwechslungsreichen Zirkusveranstaltung teilnehmen.

Noch lange ließen wir diesen ereignisreichen Tag in entspannter Runde ausklingen.

Mit einer chinesischen Morgenmeditation begrüßten wir den Sonntagmorgen, der mit Sonnenstrahlen den Wiedereinstieg ins Seminar nicht schwerfallen ließ. Im Fortgang des Seminars behandelten wir noch offenstehende Fragen hinsichtlich unserer Themenstellung.

Die nachfolgende Schlussreflektion belegte, dass sich die Teilnehmer hier wohl fühlten, ihre Erwartungen erfüllt sahen und eine Gelegenheit fanden, sich mit anderen betroffenen Müttern und Vätern in einem Raum »weg vom Alltag« auszutauschen.



Foto: Willy Lengler

Schnell noch einen Schnapschuss von der Gruppe.

In herzlicher Atmosphäre verabschiedeten wir uns nach dem Mittagessen und hegten den Wunsch, ein Nachtreffen zu organisieren.

Wir waren froh und zufrieden zugleich, dass dieses Wochenende für die Gruppe und für uns als Begleiter so gut gelaufen ist.

Willy und Maria Lengler

Geschwisterkränze

»Die sehen ja toll aus«, sagten am Ende des Abends die Geschwister staunend, über das, was sie wie selbstverständlich hervorgebracht hatten. Diese Frühlingskränze entstanden beim letzten Geschwistertreffen in Magdeburg.

Ein Blumenmeer breitete sich dieses Mal aus auf dem Tisch bei dem monatlichen Treffen der Trauernden Geschwister in Magdeburg. Einen Frühlingskranz wollten wir basteln. Jeder hatte Blumen mitgebracht, die dem verstorbenen Bruder oder Schwester gefallen könnten. Duftende Freisien, rote Rosen, bunte Rosen, kleine zarte Margeriten, Efeu, Moos, Immergrünes. Bevor wir begannen, tauschten wir uns über die Bedeutung des Kranzes an sich aus. Der Kranz ist Symbol für Unendlichkeit, da er eine unendliche Linie hat. Der Kreis ist für viele auch ein Symbol für das Vollkommene, Göttliche. Jeder von uns hat da so seine Vorstellungen und Erinnerungen, die letztlich auch bestimmten, wonach jeder greift.

Am Ende nimmt fast jeder von uns auch eine Efeuranke und befestigt ihn an seinem Kranz. Efeu steht symbolisch für das ewige Leben. Er klammert sich im Garten, wo wir ihn pflückten, fest an allem und ist somit auch ein Symbol für Treue. Als immergrüne Pflanze steht sie für Unsterblichkeit.

Dass man durch die Blume sprechen kann, wissen auch die Geschwister. Ich erzähle, während wir stecken, schneiden, kleben und uns durch den grünen Berg wühlen, dass es im 18. und 19. Jahrhundert für fast jede Blume eine konkrete Bedeutung gab. Heute nimmt man es damit nicht ganz so ernst. Dennoch auch beim Kranz basteln, steckte in jedem Handgriff auch irgendwie eine Bedeutung. Und so wurden nebenbei auch Erinnerungen ausgetauscht. Was, wem gefiel und warum.

So fehlten in einem Kranz die Rosen nicht, jene weltweit meistverkaufte Blumen. In diesem Fall



Foto: Katrin Hartig

waren es rote Rosen, die für die Liebe stehen. Rosafarbene Rose dagegen stehen für Jugend und Schönheit.

Marie entschied sich am Ende, den Kranz mit auf den Friedhof zu nehmen. Andere legten ihn mit einer Kerze zu Hause an den sogenannten »Altar« der Erinnerung. Und sicher war, als wir auseinandergingen, dass diese Bastelstunde mit Sicher-

heit eine Fortsetzung findet. Spätestens in einem Jahr.

Beim nächsten Treffen aber soll erst einmal gekocht werden. Vielleicht das Lieblingsessen der verstorbenen Schwester von Kerstin.

Katrin Hartig, Trauernde Eltern und Geschwister Sachsen-Anhalt

14
RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

121

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

BERICHTE AUS DEN REGIONEN

Friedhofsamt

Die Selbsthilfegruppen der verwaisten Eltern Ostthüringen regten Gespräche mit der Friedhofsverwaltung an.

Eine betroffene Mutter wandte sich mit der Bitte an uns, ihr bei Gesprächen mit der Friedhofsverwaltung unserer Stadt beizustehen. Mitarbeiter der Verwaltung des Friedhofs beanstandeten die Gestaltung des Grabes ihres verstorbenen Sohnes.

Es wurde unter anderem die gewählte Abgrenzung der Grabstätte von Seiten des Friedhofamtes kritisiert.

Gemeinsam unternahmen wir den Versuch, die Öffentlichkeit auf dieses Problem aufmerksam zu machen.

Schon 1948 schrieb der Kunsthistoriker Hans Sedelmayer: »Die Missachtung des Menschen kommt nirgends so drückend zum Ausdruck wie im Gesicht der Friedhöfe und der Bestattungsbräuche moderner Städte, nirgends so krass die absolute Kulturlosigkeit. Denn alle Kultur beruht im buchstäblichen Sinne auf dem Kult der Toten, ohne Achtung der Toten, keine Achtung der Menschen.«

Für uns betroffene Eltern ist die Auswahl des Friedhofes und des Grabes ein wichtiger Baustein im Trauerprozess und wichtig ist auch ein achtsamer und sensibler Umgang von Seiten der Friedhofsverwaltung mit den Trauernden.

Wir haben doch nur noch das Grab unserer verstorbenen Kinder und wie so oft engt man uns auch hier in unserer Kreativität der Trauer sehr ein.

Bei einem Termin mit dem Oberbürgermeister der Stadt konnten wir unser Anliegen im Gespräch darlegen und erhielten von ihm den notwendigen Rückhalt.

So entstand ein erstes Miteinander zwischen dem Friedhofsamt, verschiedenen Gartenbaubetrieben, Hospiz und verwaisten Eltern. Bei einem Gespräch am runden Tisch wurden verschiedene Vorschläge über den Umgang mit Trauernden und das individuelle Bedürfnis der Grabgestaltung, gerade bei Kindergräbern, diskutiert.

Es wurden Ideen gesammelt, wie man den Friedhof attraktiver in der Öffentlichkeit darstellen könnte und gemeinsam arbeiten wir an einer Satzungänderung, die mehr Freiheiten bei der Grabgestaltung zulässt.

Mit diesem Projekt möchten wir anderen Betroffenen Mut machen, sich nicht allen Zwängen von Behörden und Gesetzen zu beugen, sondern der Gesellschaft zu zeigen, wie wichtig auch der Friedhof für die eigene Verarbeitung der Trauer sein kann.

*Holger und Cornelia Günther,
Verwaiste Eltern Ostthüringen*

Mini-Särge zur Bestattung fehlgeborener Kinder

Ein Projekt des Vereins Verwaiste Eltern Schleswig e. V. als Angebot für Kliniken und Initiativen in Deutschland.

Fehlgeborene Kinder unterliegen in Deutschland nicht der Bestattungspflicht. Dennoch haben

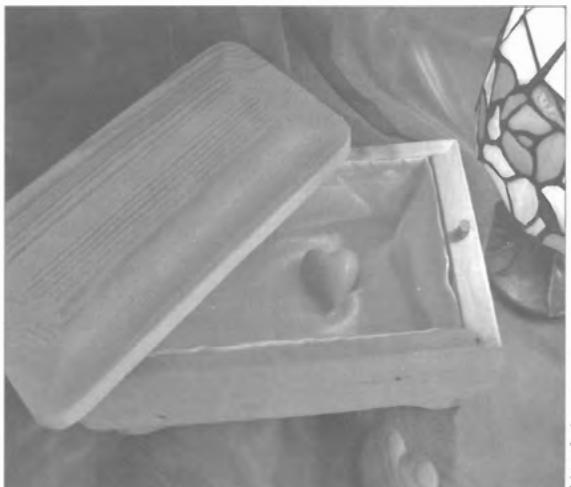
Mütter und Väter, deren Kind nicht leben durfte oft den Wunsch, ihr winziges Baby liebevoll und in Würde beizusetzen.

Vielerorts gibt es von Entbindungskliniken, Kirchengemeinden sowie Friedhofsverwaltungen in-

zwischen das Angebot der kostenfreien Sammelbeisetzung der fehlgeborenen Kinder auf besonderen Kindergrabstätten. Das Angebot wird von den Eltern dankbar angenommen und ist auch für die Mitarbeitenden in den Kliniken eine Hilfe zur Bewältigung dieses traurigen Ereignisses. Auch bei uns in Schleswig gibt es seit 2004 einen »Garten der Kinder« und die genannten Sammelbeisetzungen.

In unserer Begleitung von Eltern hat sich gezeigt, dass es immer auch Mütter und Väter von fehlgeborenen Kindern gibt, die für ihr Baby ein eigenes Grab haben möchten oder die die gemeinsame Einäscherung der Kinder nicht wünschen. Für diese Eltern haben wir in Schleswig das Projekt Mini-Sarge auf den Weg gebracht.

Die Eltern bekommen bei uns die Informationen und Formulare, die sie für eine Beisetzung ihres nicht-bestattungspflichtigen Kindes in Schleswig-Holstein brauchen. Wir informieren darüber, wie sie die Beisetzung ohne Bestatter durchführen können. Und wir bieten den besonderen kleinen Sarg für den Transport und die Beerdigung des Kindes an.



Der Mini-Sarg hat den Charakter eines Schatzkästchens oder einer Schatulle. Er wird aus Kiefernholz gefertigt und kann selber bemalt werden. Innen ist er mit feinem Stoff ausgekleidet. Wegen seiner geringen Größe ist das »Schatzkästchen« nur für »fehlgeborene Kinder« geeignet also für Kinder, die ein Gewicht von weniger als 500 g haben. Bei der Herstellung wurden alle Vorschriften, die es für Särge gibt, berücksichtigt.

Der Mini-Sarg wird auf unserer Homepage im Detail gezeigt. Dort erfahren Sie auch, wie man ihn bei uns bestellen kann und welche Kosten entstehen. Wir wollen den Mini-Sarg in Deutschland Kliniken und Initiativen zur Verfügung stellen, die ihn an die betroffenen direkt Eltern weitergeben. Wir wollen jeden Zwischenhandel (z. B. über Bestatter) vermeiden, um wirklich kostengünstig zu bleiben. Selbstverständlich können betroffene Eltern den Mini-Sarg direkt bei uns beziehen. Weitere Informationen auf der Homepage: www.verwaiste-eltern-schleswig.de
Kontakt: Elke Heinen
Telefon: 04622/188104 oder 04622/2891
email: info@verwaiste-eltern-schleswig.de



Candle-Lighting-Gottesdienst 2009 in Witten

Am Sonntag, dem 13. Dezember 2009 um 18.00 Uhr feierte der Verein für Trauerarbeit Hattingen e.V. in Kooperation mit der Kreuzkirchengemeinde Witten SELK und der Pfarrstelle für Seelsorge, Beratung und Supervision im Ev. Kirchenkreis Hattingen/Witten zum ersten Mal einen Candle-Lighting-Gottesdienst – einen Gottesdienst zum »Weltweiten Kerzenleuchten«, in Gedenken an alle verstorbenen Kinder.

Konzipiert und ausgeführt wurde der Gottesdienst von einem Team, bestehend aus drei Verwaisten Müttern und mir.

Musikalisch begleitet wurde der Gottesdienst vom Vorsitzenden des Vereins für Trauerarbeit Hattingen e.V. und das Eingangsgebet wurde von der Geschäftsführerin des Vereins gesprochen. Der Kirchraum war etwas abgedunkelt, in den Fensterbänken und auf den Altarsruhen brannten

Kerzen und Teelichter. Es entstand eine warme Atmosphäre und es wurde spürbar, dass dies ein besonderer Gottesdienst sein würde.

Die Liturgie enthielt viele Taizé Lieder, Gebete und einfühlsame Texte. Die Verkündigung ging der Frage nach, ob Maria eine Verwaiste Mutter war und welche Gefühle Maria durchlebt haben mag.

Es gab in dem Gottesdienst zwei Aktionen, die diesen zu etwas Besonderem werden ließen. Die erste fand vor der Verkündigung statt. Beim Eintritt in die Kirche hatte jeder Besucher einen goldenen Stern bekommen und die Gelegenheit, den Namen des verstorbenen Kindes darauf zu schreiben. Diese Sterne waren von uns zuvor zugeschnitten und mit einem kleinen Loch zum Aufhängen versehen worden. Begleitet von meditativer Musik hatten die Besucher nun die Möglichkeit nach vorne zu gehen und ihren ganz persönlichen Stern an der Himmelsscheibe (siehe Foto oben) zu befestigen. Auf der Scheibe waren die Sternbilder abgebildet und jeder Punkt des Sternbildes wurde von einem kleinen Halogenlicht gebildet, auf die die Sterne gesteckt werden konnten.

Nach der Aktion wurden die Lichter eingeschaltet und die Himmelsscheibe erstrahlte mit vielen kleinen Leuchtpunkten (siehe Foto unten).



Nach der Verkündigung wurden die Besucher zur Kerzenprozession eingeladen. In dem Moment, wo die Besucher nach und nach ihre Kerze entzündeten, entstand ein Gefühl der spürbaren Gemeinschaft. Mit den vielen zusätzlichen Kerzen, die nun brannten, war die Atmosphäre des »sich gut aufgehoben Fühlens« fast greifbar.

Zum Ende wurden die Besucher zu einem gemütlichen Beisammensein bei Tee, Kaffee und Gebäck eingeladen. Für die Kinder gab es Mandalas, die sie ausmalen konnten. So verging noch einmal eine weitere Stunde der Gemeinschaft.

Der Besuch von etwa 50 bis 60 Menschen hat mir gezeigt, wie notwendig diese Form des Gottesdienstes für uns Verwaiste Eltern ist. Daher haben wir, der Verein für Trauerarbeit Hattingen e. V., beschlossen, den Candle-Lighting-Gottesdienst weiter zu führen.

*Birgit Schäfers,
Seelsorgerin,
Trauerbegleiterin
Verein für Trauerarbeit
Hattingen e. V.
- Zweigstelle Wuppertal -
Julius-Lucas-Weg 60
42113 Wuppertal
Birgit.schaefers@verwaiste-
eltern-wuppertal.de
Fon: 0202/298 78 15*

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

123

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

BERICHTE AUS DEN REGIONEN

Und immer sind sie da Spuren Deines Lebens, Gedanken, Augenblicke.
Sie werden uns immer an Dich erinnern und uns dankbar und traurig
machen und Dich nie vergessen lassen.



Wir trauern um unser Mitglied

Jürgen Meyer

31.Juli 1943 – 24. Oktober 2009

Er ist nach schwerer Krankheit gestorben.

Jürgen Meyer gehörte zu den Wegbereitern der Arbeit des Bundesverbandes Verwaiste Eltern in Deutschland e.V.
Er engagierte sich gemeinsam mit seiner Frau, um Familien in ihrer Trauer zu unterstützen, und gründete den Verein Verwaiste Eltern Rhein-Ahr-Eifel e.V.
Seine Arbeit in der Region und auch im Bundesverband hat dauerhafte Spuren hinterlassen. Dennoch wird eine große Lücke bleiben.
Wir werden Jürgen Meyer alle in hochachtungsvoller Erinnerung behalten.
Unser tiefstes Mitgefühl gilt in den schweren Stunden seiner Frau Gisela und seiner Familie.

Lieber Jürgen, wir werden Dich vermissen, aber nie vergessen.

Petra Hohn

1.Vorsitzende

im Namen des Bundesvorstandes und aller Mitglieder des VEID

Für Sie gelesen – Büchertipps

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

124

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

FÜR SIE GELESEN – BÜCHERTIPPSS



Dorothea Stockmar, **Ein Netz, das trägt.**
Gelebte Trauer in Briefen, Bildern und Texten
von einer Trauerbegleiterin
nach dem Tod ihres Sohnes.
Santiago Verlag, Goch, 12010
ISBN 978-3-937212-37-1
ca. 160 Seiten · Preis € 20,00

Was ist dieses Buch? Es ist in erster Linie Trauerarbeit. Diese Trauerarbeit vollzieht sich nicht nur durch die Autorin, die Mutter, die ihr Kind durch einen tragischen Unfall verlor, sondern diese Trauerarbeit vollzieht sich in den vielen Briefen, in erster Linie e-Mails, von den Geschwistern, Freunden, Bekannten, Verwandten, die es in ihrer Hilf- und Sprachlosigkeit schaffen, genau deshalb Trost zu spenden. Es ist ein Buch gewordenes Netz. Und dieses Netz trägt.

Cajus, 17 Jahre alt, fährt am Morgen des 1. November 2008 mit dem Zug von Hannover nach Celle. Er ist müde, denn er hat Halloween gefeiert, die Nacht der Geister. Früh morgens will er nach Hause. Und er fährt nicht allein, sondern mit einem Freund. Auf dem Bahnsteig verabschieden sie sich. Cajus merkt, dass sein Handy verschwunden ist und sucht den Bahnsteig ab. So konzentriert sucht er an der Bahnsteigkante, dass er den heranrasenden Güterzug nicht bemerkt, der ihn erfasst. Cajus hat keine Chance. Wie das Unfassbare fassbar machen? Wie das Unerklärliche erklären, für sich selbst, für andere? Zunächst ist es der Schock, und auch der Leser muss da durch. Direkt auf der ersten Seite springt ihm die Todesanzeige entgegen: »Unsere Sonne. Unser Schmerz.« Das greift sofort das Nervensystem an, ohne Umweg über die Filtermechanismen des Gehirns. Cajus' Mutter Dorothea schildert in einer Mail an ihre Freunde die

Situation, als die Polizeibeamten und der Gemeindepfarrer vor ihrer Tür stehen. Sie hat es gewusst, sofort. Sie hat gewusst, dass etwas Schreckliches passiert ist. Und dass es mit Cajus zu tun hat. Wie in Zeitlupe fallen die Blumen zu Boden, die sie in diesem Moment in einer Vase anordnete. Wie in Zeitlupe vergehen die nächsten Wochen, Monate. Was hilft? Das Schreiben, das Zum-Wort-Werden-Lassen des Unaussprechlichen. Und sie kommen alle zu Wort: die Töchter der Autorin, die Freunde und Bekannte, auch solche, die Cajus kaum oder gar nicht gekannt haben. Die aber die Familie kennen. Und die wissen, wie viel Kraft in dieser Familie steckt. Daraus entsteht zunächst ein »Rahmen für die Trauer«. Dieser Trauerrahmen verdichtet sich alsbald zu einem Netz, das miteinander verwoben ist. Dieses Netz besteht aus vielen Fäden. Es sind manchmal Fäden der Sprachgewalt, hinter denen sich die Hilflosigkeit verbirgt, Trost spenden und den Schmerz in Worte kleiden zu wollen mit dem Wissen, dass nichts trösten kann – vielleicht ist das der größte Trost. Und manchmal sind es die Fäden der »Sprachstille«, wie Peter Handke es bezeichnet. Doch dahinter leuchtet ein Welt-Reich der Trauer auf, aber auch des Lachens und der Erinnerung. Daraus entsteht ein lebendiges, sich verzweigendes und atmendes Gebilde wie »Ein Netz, das trägt«. Gilles Deleuze hat solche Gebilde als »Rhizom« bezeichnet, das in seiner Fragilität so stark, weiter verzweigend, endlos ist – und damit überlebensfähig wird wie das Leben selbst. Wenn es ein Rhizom gibt, dann ist es dieses Buch. Dementsprechend weist die Autorin im Vorwort darauf hin, es sei nicht »zwingend, das Buch von vorn nach hinten zu lesen«. Dies ist es in der Tat nicht, denn auch mittendrin spürt man den Atem des Lebens von Cajus, das viel zu früh endete. Die Vielfalt der Trauerarbeit und -arbeitenden, die die Vielfalt des Lebens widerspiegelt, offenbart die Fülle des Lebens in seiner Unerschöpflichkeit. Dies spiegeln auch die Bilder der Autorin wider, die wie unter Zwang den Übergang von Cajus in eine andere Welt, in die Welt des Lichts, immer wieder und wieder malt als ein sich beständig drehendes Rad der Trauer: die ewige Wiederkehr. Gerade die Leerstellen zwischen den einzelnen Mails, Briefen, Gedichten und Bildern markieren die Weite einer anderen Welt, die die der Trauer, aber auch die der Hoffnung und letztlich die der

Liebe ist. Denn bei aller Trauer und Trauerarbeit, bei allem Fragen nach dem Warum, bei der Suche nach dem verlorenen Kind in Blumen, Blättern, Steinen und im Wind, so ist dieses Netz-Buch auch ein Buch des Trostes für jedermann. Und es ist ein Weltatlas-Buch, jenseits aller Gattungszuschreibungen, das als weitverzweigtes Netz für sich steht, sich dehnt und kontrahiert, und den Menschen Cajus, aber auch den Menschen an sich mit all seinen Emotionen, seiner Seele und seinen intellektuellen Fähigkeiten in sich aufhebt, birgt und nährt. Ein Buch, um mit dem Ehemann der Autorin zu urteilen, das ver-rückt und die Dinge dadurch an ihren rechten Platz rückt: »Es gibt nur zwei Möglichkeiten: Entweder du machst etwas Ver-rücktes oder wirst selbst verrückt.«

Um nicht verrückt zu werden, hat Dorothea Stockmar dieses Netz gewoben. Sie hat dies getan, um »auf den Weg zur Heilung durch die Trauer« zu gelangen. Ein beschwerlicher Weg für eine Mutter, die ihr geliebtes Kind verlor, aber auch ein Weg, der durch ihre langjährige Tätigkeit als Trauerbegleiterin in der Hospizbewegung vorgegeben war: sie konnte nicht anders. Bei aller Trauer ist dadurch ein tröstendes Buch entstanden, das viele Werte in unserer Gesellschaft in Frage stellt und Äußerungen des Seelenschmerzes der Menschen zutage fördert, die sonst wohl nie artikuliert worden wären: es hilft.

Die Autorin:

Dorothea Stockmar, 1953 in Beuthen geboren und in Berlin aufgewachsen, ging nach dem Abitur für ein Jahr nach Asien und machte 1978 den Abschluss als staatlich examinierte Krankenschwester, 1978 wurde Ellen, 1981 Katrin und 1991 Cajus geboren.

Von 1994 bis 2008 arbeitete sie ehrenamtlich in der Hospiz-Bewegung in Celle Stadt und Land e.V. Von 2002 bis 2004 ließ sie sich zur Trauerbegleiterin weiterbilden und leitete bis 2008 den Gesprächskreis für Trauernde in der Hospiz-Bewegung in Celle. 2005 begleitete sie Sterbende in einem buddhistischen Hospiz in Japan. Seit ihrer Fortbildung 2005 »Kunsttherapie in sozialen Arbeitsfeldern« ist sie kunsttherapeutisch tätig. Einige der durch die Kunsttherapie entstandenen Bilder sind in diesem Buch zu sehen.

Sie lebt mit ihrem Mann Axel in Celle und Berlin und ist als Referentin in Fortbildungseinrichtungen mit den Schwerpunktthemen Kommunikation, Sprachbilder – Bildsprache und symbolisch-creativer Impulse zur Trauerbewältigung tätig.

Die Autorin der Rezension:

Dr. Susanne Schieble, 1971 in Bensberg geboren, studierte nach dem Abitur Deutsche Philologie, Politische Wissenschaften und Philosophie an der Universität zu Köln und promovierte in Deutscher Literaturwissenschaft zum Dr. phil. mit der Dissertation »Bildlose Bildlichkeit. Deleuzianische Lektüren«. Sie ist Dozentin in der Erwachsenenbildung und hält Vorträge zu den Themen Japan, Deutsche und Japanische Literatur und Philosophie. Seit 2007 ist sie Mitglied der »Gruppe Poesie« und führt Lesungen durch. 2002 und 2005 wurden die Kinder Johannes, Benedikt und Katharina geboren. Sie lebt mit ihrem Mann und ihren Kindern in Kirchhorst bei Hannover.

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

125

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

FÜR SIE GELESEN - BÜCHERTIPP



ohne dich

Hilfe für Tage,
an denen
die Trauer
besonders
schmerzt.

Freya von Stülpnagel, **ohne dich**: Hilfe für Tage, an denen die Trauer besonders schmerzt.

Kösel Verlag. München 32010

ISBN 978-3-466-36853-2

144 Seiten · Preis € 14,95

Durch drei Vorträge über Suizid und Trauer sowie durch mehrere einfühlsam von ihr gestaltete Gruppenabende für trauernde Eltern ist Frau von Stülpnagel in Freiberg gut bekannt.

Mit Spannung warteten wir auf ihr Buch »ohne dich« und sind nicht enttäuscht worden. Das Buch unterscheidet sich schon in der wertvollen Ausstattung von vielen anderen Trauerbüchern. Es ist ein kraftvolles Buch für alle, denen Trauer begegnet. »Am Ende des Weges der akuten Trauer und durch das Gehen der Schritte vollzieht sich Verwandlung. In uns ist eine Kraft gewachsen, von der wir vorher nicht ahnten, dass wir sie bekommen würden.«

An diesem äußerst schmerzlichen Trauerweg bis zur Verwandlung lässt uns Freya von Stülpnagel teilnehmen. Die Beschreibung ihres Trauerweges von der tiefsten Verzweiflung bis zur Entstehung dieses wunderbaren Buches zeigt, dass es Hilfe

und Hoffnung gibt und auch die Möglichkeit, wieder Sinn und Freude im Leben zu finden. Auch Ratsuchende entdecken eine Fülle von Anregungen über den möglichen Umgang mit Trauernden und wie man ihnen helfen kann.

Freya v. Stülpnagel schreibt in drei Ebenen. Da ist zunächst die berührende Schilderung des eigenen Erlebens nach dem Tod ihres Sohnes. In der 2. Ebene berichtet Freya v. Stülpnagel anhand von vielen Beispielen aus ihrer langjährigen Erfahrung als Trauer- und Akutbegleiterin, sowie als Referentin zu den Themen Trauer und Suizid. Die 3. Ebene besteht aus vielen einfühligen Texten und Gedichten sowie dazu passenden zauberhaften Fotos.

Diesem beeindruckenden Buch wünsche ich möglichst viele Leser, sowohl selbst betroffene, die darin Trost finden, als auch Menschen, die Hilfe suchen im Umgang mit den Themen Sterben, Tod und Trauer.

Angelika Johnigk, Begleiterin der SHG in Freiberg

Wir danken dem Verein Verwaiste Eltern München für die Abdruckerlaubnis dieser Rezension. Sie ist dem Wegbegleiter 1/2009, S. 7 entnommen.

Rene,
Sternenkind, Windkind, Himmelskind,
Du fehlst mir!
Wie sehr, weiß außer mir wohl nur der Wind,
weiß Gott es auch?
Ich glaube manchmal nicht,
dass er ermessen kann,
was für Eltern auf Erden zerbrechen kann,
nicht nur zeitenweise die Fassung,
nicht nur Herzen, die Seelen oder der Verstand.
Manche verlieren nicht nur einen Teil
von sich selbst, auch viele einander!
Es ist schlimm, wenn man einander fast nur
wie Fremde begegnet.
Gott hat das Leben
zwischen uns mit Leere gesegnet.
Alle Versuche, diese zu füllen,
taten zwar das ihrige,
aber der Abgrund der großen Leere blieb.
Jeder kämpft für sich allein
und manchmal kämpfen wir gegeneinander,
weil wir das voneinander suchen,
was wir verloren haben.
Ob du das gewollt hättest, mein Kind?
Ich glaube das nicht.



**Schneeflocken,
Regenbogen,
Schmetterlinge
und vieles mehr
erinnern uns
an unser Leben
mit Rene**

Barbara Grünauer, **Schneeflocken, Regenbogen, Schmetterlinge und vieles mehr erinnern uns an unser Leben mit Rene**

Buchbestellung: Familie Grünauer

Ferbers Anbau 18 · 07545 Gera

Telefon: 0365/8310404 · Preis € 7,00

In 36 berührenden Gedichten schreibt Barbara Grünauer über ihre Trauer nach dem Verlust des kleinen Renes, der im Alter von sieben Jahren im Schlaf an einem Herzstillstand (ähnlich wie beim plötzlichen Kindstod) verstorben ist.

Eines dieser Gedichte soll exemplarisch hier abgedruckt werden, weil es mehr ausdrückt, als eine Besprechung dieses Büchleins:



**Herzliches
Beileid.**

*Ein kleiner Knigge
für Trauerfälle.*

Klaus Dirschauer, **Herzliches Beileid.**

Ein kleiner Knigge für Trauerfälle.

Claudius Verlag, München 2009

ISBN 978-3-532-62402-9

48 Seiten · Preis € 4,90

Dieses Büchlein unterstützt Menschen im Umgang mit trauernden Mitmenschen. Es hilft, passende Worte zu finden – für Beileidskarten, ... Es informiert über »korrektes« Verhalten am Grab und bei der Trauerfeier.

Klaus Dirschauer, der viele Jahre u. a. in der Fortbildung von Bestattern tätig war, beantwortet in diesem Büchlein, dem »Trauerknigge«, in kurzer, knapper Form die wichtigsten Fragen rund um

das Thema Trauer – Fragen, die sich nicht nur mit dem Umgang mit trauernden Menschen beschäftigten. Er gibt auch hilfreiche Hinweise für Kondolenzschreiben, Bestattung, ... Es beinhaltet Literaturzitate für Kondolenzkarten.

Ein lesenswertes Büchlein, das mithelfen will, die Unsicherheit im Umgang mit Trauernden zu verringern.

mcfb



Das leere Zimmer.
Weiterleben nach dem Verlust eines Bruders oder einer Schwester.

Elizabeth DeVita-Raeburn, Marion Appelt, Sabine Schilasky, **Das leere Zimmer.** Weiterleben nach dem Verlust eines Bruder oder einer Schwester. Moderne Verlagsgesellschaft, München 2005
ISBN 978-3636062482
286 Seiten · Preis € 15,90

Das leere Zimmer ist oftmals das Einzige, das übrig bleibt nach dem Tod eines geliebten Menschen. Man fühlt sich mit einem Mal so einsam und hilflos. Man hat keinerlei Vorstellung, wie es jetzt eigentlich weiter gehen soll. Elizabeth DeVita-Raeburn setzt sich in ihrem Buch speziell mit dem Thema der Geschwistertrauer auseinander. Sie selbst verlor ihren Bruder durch eine Autoimmunstörung. Die Geschichte ihres eigenen Verlustes steht im Mittelpunkt, aber sie berichtet auch über andere Schicksale. Sie setzt sich bewusst mit dem Verlust von Geschwistern auseinander, um so ihre eigene verdrängte Trauer aufzuarbeiten.

Für mich ist dieses Buch sehr lesenswert und hilfreich in meiner eigenen Trauer. Es spricht mit einem sehr einfühlsamen Stil jeden möglichen Verlust eines Bruders oder einer Schwester an. Elizabeth DeVita-Raeburn versucht, sowohl Gedanken und Gefühle, die beim Tod eines Bruders oder einer Schwester im frühen Alter, aber auch solche, die beim Verlust eines Geschwisters im hohen Alter auftreten, in Worte zu fassen. Sie beschreibt durch viele selbst durchgeführte

Interviews, wie unterschiedlich Geschwister mit dem Tod einer Schwester oder eines Bruders umgehen. Oftmals verdrängen sie das Geschehen, um weiterhin »normal« zu funktionieren. Besonders berührt hat mich, dass sie neben der Geschwistertrauer auch auf die Trauer der Eltern eingeht und somit eine ganzheitliche Sicht auf die Familie gibt.

Mir hat das Buch gezeigt, dass man keinem Menschen vorschreiben kann, wie er zu trauern hat und wie lange – egal, welche Ursache der Tod eines Geschwisters hatte und in welchem Alter der Bruder oder die Schwester starb. Es spielt in der Trauer auch keine Rolle, welcher Altersunterschied bestand, ob man das Geschwisterkind kennen lernen durfte oder wie lange der Tod her ist. Es gibt einem als verwaiste/r Schwester oder Bruder viel Kraft und zeigt, dass man nicht allein ist mit seinem Schicksal.

Ich finde es sehr wichtig, dass Geschwistertrauer immer öfter thematisiert wird. Oftmals werden die hinterbliebenen Kinder in der Trauer um das verstorbene Geschwisterkind nicht wahrgenommen. Sie nehmen die Rolle des »doppelten Verlierers« ein. Sie haben nicht nur ihren Bruder oder ihre Schwester verloren, sondern auch ihre Eltern, die sich häufig nur noch mit sich selbst und ihrem Verlust beschäftigen.

Deshalb lege ich dieses Buch nicht nur Geschwistern, sondern auch Eltern ans Herz. So gelangt man vielleicht zu einer ganz neuen Sichtweise und kann trauernde Geschwister bzw. Kinder besser verstehen und auch wahrnehmen.

Letztlich steht das leere Zimmer als Symbol, in dem sich die ganze Familie zusammenfindet, jeder aber mit anderen Gefühlen und Erinnerungen, so dass es für jeden etwas anderes bedeutet.

Luisa Günther, Schwester von Christoph

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

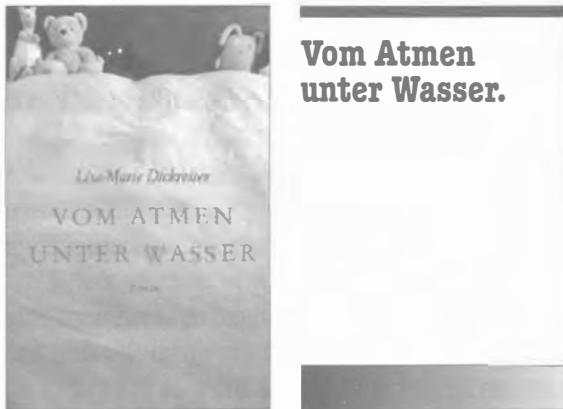
127

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

FÜR SIE GELESEN – BÜCHERTIPP



Spendenkonto: Bank für Sozialwirtschaft Köln
Konto-Nummer 8321100 • BLZ 370 205 00



Lisa-Marie Dickreiter, **Vom Atmen unter Wasser**. Verlag Bloomsbury, Berlin 2010
ISBN 978-3827009456
269 Seiten · Preis € 19,90

Packend, schmerhaft – und doch wunderschön!

Zuerst war der Film: »Vom Atmen unter Wasser« und Lisa-Marie Dickreiter schrieb das Drehbuch dazu. Dass sie parallel dazu aus derselben Geschichte auch einen Roman entstehen ließ, war eine beglückende Eingabe und Idee, denn das, was Filme auslassen, können Worte erreichen – die Einbeziehung der eigenen Phantasie, des selbst Erlebten: ein ganz besonderes Buch.

»Vom Atmen unter Wasser« erzählt in einer ungewohnt präzisen, fesselnden Sprache vom Auseinanderbrechen einer Familie, in die der Tod von Sarah, der 16-jährigen Tochter, wie ein Erdbeben eingebrochen ist – und nichts mehr so sein lässt, wie es einmal war.

Jeder der drei Protagonisten erlebt dieses Verbrechen, das nur aus den Gedankenfetzen der Mutter Anne noch einmal rekonstruiert wird, völlig anders und abgetrennt vom anderen:

Anne begeht am 1. Todestag von Sarah einen Suizidversuch und soll nun, auf Wunsch des Vaters Jo, der der unstillbaren Trauer seiner Frau völlig hilflos gegenüber steht, von Simon, dem gemeinsam Sohn, der das Elternhaus bereits verlassen hatte, beschützt werden.

Simon, der immer im Schatten seiner kleineren Schwester stand, und – unglaublich schön erzählt auf den ersten Seiten des Romans – als Kind einen Versuch machte, sich dieser kleinen, ungeliebten Schwester zu entledigen – zieht in das Elternhaus zurück und versucht auf seine Weise, mit Anne in Kontakt zu treten, sich ihr in ihrer Trauer zu nähern.

Für mich, die ich selbst trauernde Mutter bin und weiß, wie sich der Verlust eines Kindes anfühlt, sind die Szenen des Buches, die die Trauer von Anne und ihre Angst, Sarah könnte »verloren gehen«, aus der Welt fallen, so wie Anne selbst aus

dieser Welt gefallen ist, das Eindringlichste, Be- rührendste und Schönste, was ich seit langem gelesen habe:

Wenn Anne im Keller des Hauses den Wäschekorb, den sie vor den anderen versteckt hält, öffnet und die Wäschestücke, die Sarah getragen hat, einatmet, dann wird »Trauer« sichtbar gemacht und ihr Ausmaß schmerhaft erfahrbar!

Wenn Anne weiterhin mit Sarah spricht, Sarah dem kleinen Mädchen, Sarah am Abend des Mordes, als sie sich für die Party fertig macht und das Haus verlässt, dann ahnt man, dass dieses »Nicht-loslassenwollen«, diese imaginäre Verbundenheit – ein wesentlicher Bestandteil der Trauer ist.

Jo hat den Zugang zu seiner Frau völlig verloren und aufgegeben. Simon gelingt er über ein gemeinsames Filmprojekt über Sarah und dieses »Mutter-Sohn-Projekt« ist berührend schön geschrieben! Für kurze Zeit kann Simon Anne erreichen, dann trennen sich auch die Welten von Mutter und Sohn.

Hier noch einmal der kleine Monolog, der mich besonders berührt:

Anne (in die Videokamera von Simon):

»Manchmal hab ich einen sehr schönen Traum. Ich lauf durch die Straßen und zieh einen Koffer hinter mir her. Wenn mich etwas an Sarah erinnert, dann pack ich es ein. Eine Stimme ... ein Lachen ... dieselbe Haarfarbe ... Ich finde immer mehr, mein Koffer füllt sich, wird schwer. Ich bin glücklich. Ich geb dann den vollen Koffer am Friedhof ab, und da steht sie am Tor und wartet auf mich. Ich wink und renn auf sie zu. Und sie steht da und lächelt. Ich renn schneller – dann wach ich auf.«

Unsere Gesellschaft ist sich offenbar darin einig, dass der Tod eines Kindes das Schrecklichste ist, was einer Familie, einer Mutter, einem Vater widerfahren kann. In der konkreten Konfrontation allerdings erweisen sich eben diese Menschen sehr oft als unfähig zum entsprechenden Verständnis und zur notwendigen Toleranz.

Dass es einer jungen Autorin gelingt, ein Familienschicksal so authentisch und überzeugend in einer immer wieder überwältigenden Sprache niederschreiben, das grenzt für mich an ein buchstäbliches Wunder. Ich möchte dieses Buch vor allem auch Menschen in der Trauer sehr ans Herz legen. Unter meinen Büchern hat es schon jetzt einen besonderen Platz!

Ich hoffe, dass wir von Lisa-Marie Dickreiter noch viel zu lesen bekommen und freue mich auf das nächste Werk von ihr! Danke, liebe Lisa-Marie Dickreiter für dies herausragende Buch!

Gabriele Gérard, Juli 2010



Die Rechtsstellung der Eltern und die Rechtslage verstorbener Kinder im Falle Fehlgeburt und Schwangerschaftsabbruch.

Severin, Cathleen, **Die Rechtsstellung der Eltern und die Rechtslage verstorbener Kinder im Falle von Fehlgeburt und Schwangerschaftsabbruch**. Verlag Kovac ORT 2010. ISBN 978-3830 · Preis € 98,00

Der rechtliche Rahmen von Bestattungen, besonders, wenn es sich um Fehlgeburten, Totgeburten und Leibesfrüchte aus Schwangerschaftsabbrüchen handelt, wird von zwei Faktoren geprägt: Zum einen kann es Unterschiede zwischen einzelnen Bundesländern geben, die die rechtlichen Bestimmungen im Bestattungsrecht in ihrem jeweiligen Landesrecht regeln.

Zum anderen haben sich seit Ende der 1990er Jahre verschiedene Änderungen in den jeweiligen gesetzlichen Bestimmungen ergeben, besonders im Hinblick auf Fehlgeburten, Totgeburten und Leibesfrüchte aus Schwangerschaftsabbrüchen. So wurden durch die Landesgesetzgeber den betroffenen Eltern Rechte und Pflichten übertragen, die über frühere Regelungen hinausgehen. Eine gemeinsame Bestattungen dieser Kinder ist nun geregelt, in manchen Situationen war sie bereits früher üblich.

Cathleen Severin hat in diesem Buch die für den einzelnen ziemlich unübersichtliche Rechtslage, wie sie nun im Februar 2009 in Deutschland bestanden hat, zusammengefasst und in einer Übersicht dargestellt. Dabei geht sie von einer Einteilung von Embryonen und Föten nach Gewicht oder Schwangerschaftsalter aus.

In einem weiteren Abschnitt untersucht sie die einzelnen landesrechtlichen Vorschriften unter verschiedenen Gesichtspunkten auf ihre Verfassungsmäßigkeit. Sie geht dabei besonders auf Gewichtsgrenzen vor der Geburt verstorbener Kinder ein, die zum Teil bei 500 Gramm, zum Teil bei 1.000 Gramm Geburtsgewicht zu finden sind. An diesen Gewichtsgrenzen orientiert sich der rechtliche Rahmen für einen Bestattungszwang (also eine Pflicht, das Kind zu bestatten) und

Bestattungsrecht (also ein Recht darauf, das Kind bestatten zu dürfen). Kritisch geht sie auch noch auf – in einigen Landesgesetzen teilweise noch vorgesehene – »Beseitigung« dieser Leibesfrüchte ein, ebenso auf die Pflicht medizinischer Einrichtungen, für eine Bestattung Sorge zu tragen, weiters auf die Behandlung abgetriebener Leibesfrüchte in den rechtlichen Regelungen, sowie auf die Verwendung toter Leibesfrüchte zu medizinischen, pharmazeutischen und/oder wissenschaftlichen Zwecken.

Ausgehend von der rechtlichen Situation der Eltern untersucht sie insbesondere die teilweise durch das Gesetz vorgesehenen Pflicht der medizinischen Einrichtung, Eltern sowohl über ihr Bestattungsrecht, als auch über unter Umständen bestehenden Bestattungspflicht zu informieren.

Die Verfasserin fügte dem Buch auch einen Anhang bei, der die wesentlichen gesetzlichen Vorschriften in Auszügen wiedergibt.

Cathleen Severin legte großen Wert auf einen engen Bezug zur Praxis. Sie recherchierte für die Erstellung des Buches nicht nur in den juristischen Quellentexten, sondern auch bei verschiedenen Vereinen der »Verwaisten Eltern« in Deutschland, auch bei der »Initiative Regenbogen«, bei Seelsorgerinnen und Seelsorgern, Hebammen und TrauerbegleiterInnen.

Cathleen Severin ist eine Hamburger Juristin und Rechtsanwältin. Sie referierte im November 2009 im Rahmen der Fachtagung »Wenn das Leben mit dem Tod beginnt« zum frühen Tod von Kindern in der Schwangerschaft, bei der Geburt und in der ersten Zeit nach der Geburt, initiiert vom Verein Verwaiste Eltern München e.V.

Das Buch wendet sich an Hebammen, Bestatter, Beratende, Mitarbeitende in Medizin und Pflege, Verantwortliche in medizinischen Einrichtungen, Seelsorgerinnen und Seelsorger und andere, die betroffenen Eltern in der akuten Situation zur Seite stehen, oder für die Gestaltung von organisatorischen Rahmenbedingungen verantwortlich sind. Er richtet sich jedoch weniger an Betroffene. Eine weitere Zielgruppe des Buches war die juristische Fakultät der Universität Hamburg, die es als Dissertation angenommen hat.

Es stellt ein brauchbares Nachschlagewerk dar, das Betreuende aus der Praxis auf den aktuellen Stand des Rechts (von 2009) in diesen Fragen bringen kann, auch als Basis für gute Beratungs- und Unterstützungsarbeit.

Christian Fleck

RUNDBRIEF 14
OKTOBER 2010

129

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

FÜR SIE GELESEN - BÜCHERTIPPS



**Verlust,
Trauer und
neue Freude.**
Wie Abschied-
nehmen gelingt.

Ulrike Sammer, **Verlust, Trauer und neue Freude.**

Wie Abschiednehmen gelingt.
Klett-Cotta, Stuttgart 2010
ISBN: 978-3-608-86025-2
196 Seiten · Preis € 14,95

Die Autorin setzt unterschiedliche Verlusterfahrungen in Beziehung zueinander und stärkt das Bewusstsein, dass sie zum Leben gehören. Als Mutter einer Tochter, deren Tod sie betrauert, kann sie sehr glaubhaft auch diesen schwersten Verlust in die allgemeinen menschlichen Erfahrungen einbetten und anderen verwaisten Eltern und Angehörigen Mut und Verständnis vermitteln. Ein sehr positives, glaubhaftes Buch. (Beate Bahnert, September 2010)

Zeiten der Trauer: Was wirklich hilft

- Neue Freude am Leben nach schweren Verlusten ist möglich.
- Wenn die Trauer nicht aufhört: Praktische Hilfen und Anregungen
- Die Kunst des Loslassens: Übungen und Tipps zum Weiterleben
- Konkrete Schritte aus der Trauer-Isolation
- Wie gelingt es, nach dem Tod des geliebten Partners, des eigenen Kindes oder eines anderen, besonders nahestehenden Menschen wieder Tritt zu fassen? Ulrike Sammer hat viele Trauernde begleitet und hier neben ihrer psychologischen Kenntnis über Trauerprozesse auch eigene Erfahrungen eingebracht.

Das Buch

- beschreibt die typischen Emotionen und die körperlichen und seelischen Symptome in einer solchen Ausnahmesituation
- macht die verschiedenen Phasen der Trauer verständlich und hilft, persönliche Rituale und Bewältigungsmöglichkeiten zu finden
- unterstützt dabei, schwere Verlusterfahrungen allmählich ins Leben zu integrieren.



Mit Trauer leben
Hilfen für verwaiste Eltern und Geschwister

Ellert & Richter Verlag

Mit Trauer leben.

Hilfen für verwaiste Eltern und Geschwister.

Harriett Kämper, Birgit Pfahl, **Mit Trauer leben.** Hilfen für verwaiste Eltern und Geschwister. Ellert & Richter Verlag, Hamburg 2008
ISBN: 978-3-8319-0331-3
184 Seiten · Preis € 14,95

Der Tod eines Kindes, eines Bruders, einer Schwester, ist für jede Mutter, jeden Vater, für jedes Geschwisterkind eine Extremsituation, auf die niemand vorbereitet ist.

Zwei betroffene Frauen, die aufgrund ihrer eigenen persönlichen Erfahrung wissen, wovon sie schreiben, haben ein hilfreiches Buch für verwaiste Eltern und trauernde Geschwister geschrieben.

Harriet Kämper hat ihren erwachsenen Bruder durch eine Krebserkrankung verloren und Birgit Pfahl ihr erstes Kind mit fünf Wochen durch Plötzlichen Kindstod

Das Buch gliedert sich in drei große Abschnitte, die jeweils weiter unterteilt sind.

Im ersten Teil »Mit Trauer leben« geht es um Themen wie »Das Unfassbare geschieht«, »Das Leben verändert sich« über »Geschwistertrauer« bis hin zur Frage, was für trauernde Familien hilfreich sein kann.

Ein zweiter großer Abschnitt - »Das verstorbene Kind als Lebensbegleiter« - behandelt Themen wie »Wenn Jahre vergehen«, »Erinnern hilft heilen«, »Vom Bewahren und Pflegen der Erinnerung«, »Das Vermächtnis der Kinder«.

Der dritte Abschnitt ist überschrieben mit »Trauerwege - Lebenswege«. Hier lassen uns sechs Mütter und ein verwaister Vater teilhaben an ihren sehr berührenden Trauergeschichten. Wir erfahren, was sie in ihrer Trauer als hilfreich erlebt haben, was sie gekränkt, verletzt hat, was sie gebraucht hätten, aber auch, was ihnen geholfen hat, diesen schweren Verlust, in ihr Leben zu integrieren.

Dieses Buch kann trauernde Eltern und Geschwister ermutigen, ihnen zeigen, dass es

trotz aller Dunkelheit und Ohnmacht so etwas wie Hoffnung gibt. Sie erfahren von Betroffenen, wie diese gelernt haben, mit diesem Verlust zu leben, neu zu leben.

Auch für Nichtbetroffene ist dieses Buch sehr hilfreich, es macht deutlich, dass es keine Zeitangaben gibt, wann die »Trauer endlich vorbei ist« – die übrigens nie ganz vorbei ist (Anmerkung der Rezentsentin). Es zeigt, wie hilfreich es für Trauernde sein kann, sie in ihrer Trauer ernst zu nehmen, ihnen geduldig zuzuhören und immer wieder auf sie zuzugehen.

Zu den Autorinnen

Harriet Kämper wurde 1952 in Monheim geboren. Sie ist hauptamtliche Mitarbeiterin des Deutschen Kinderhospizvereins e. V. und leitet als Koordinatorin den Ambulanten Kinderhospizdienst Düsseldorf. Gemeinsam mit den von ihr geschulten Ehrenamtlichen begleitet sie Familien mit einem schwerkranken Kind in ihrem Lebensalltag und über den Tod des Kindes hinaus. Sie ist Gründungsmitglied des Instituts für Trauerarbeit (ITA) e. V. und bundesweit als Referentin in der Fort- und Weiterbildung in der Hospiz- und Kinderhospizarbeit tätig. Harriet Kämper ist Mutter von drei erwachsenen Töchtern.

Birgit Pfahl wurde 1948 in Hamburg geboren. Der frühe Tod ihres ersten Kindes beeinflusste ihren Lebensweg. In Solingen gründete sie ein Zentrum für Familien und begleitete dort auch verwaiste Eltern. Heute arbeitet sie als Fachlehrerin für Kunst und Werken an einer Ganztagsgrundschule in Düsseldorf. Ihre langjährigen Erfahrungen mit trauernden Kindern fließen in den Schulalltag mit ein. Sie ist Gründungsmitglied des Instituts für Trauerarbeit (ITA) e. V. in Hamburg und gehörte zum Team der Bad Segeberger Seminare. Birgit Pfahl ist Mutter von zwei erwachsenen Söhnen und einer erwachsenen Tochter. mcfb



Tante Lotti geht in den Himmel.

Ruth Feile, Kathrin Feile,
Tante Lotti geht in den Himmel.
Susanne Rieder Verlag, München 2008
ISBN 978-3-941172-05-0
32 Seiten · Preis € 12,90

Tante Lotti ist alt und wohnt mit ihrem Hund Meierlein und ihren Primeln alleine in einem alten Haus. Sie fühlt sich nicht besonders gesund und geht immer wieder zum Arzt. Eines Tages sagt er ihr, dass sie an Krebs leidet. Manches Mal denkt sie an den Tod. Sie hat auch schon genau fest gelegt, wer alles erben soll – Herr Meierlein. Eines Tages fühlt sie sich ganz anders – sie kann Einiges nicht mehr, das sie doch immer konnte. Sie stellt fest, dass sie wohl gestorben ist und ihr Hund wohl auch.

Tante Lotti ist ein Foto-Bilderbuch über eine alte Frau, die schon lange gelebt hat. Auch mit dem Tod hat sie sich auseinandergesetzt und ihn akzeptiert. Als sie vom Arzt erfahren muss, dass sie Krebs hat, meint sie: »Der Tod ist doch nur ein alter Klappersack. Ich weiß ja schon lang, dass er mal vorbeischauen wird. Ich bin nur gespannt, wie das dann wird.«

Dieses schwierige Thema macht aber keine Angst – die Geschichte wird humorvoll erzählt. Tante Lotti sieht manches recht naiv, was weise und tröstlich zugleich ist.

Interessant finde ich die Illustration dieses Buches – Kinder spielen die Geschichte in einer leerstehenden Wohnung. Nachdem Tante Lotti gestorben ist, gibt es sie nur noch in schwarz-weiß Fotos.

Diese Geschichte ermöglicht es Kindern, sich auf liebevolle und vorsichtige Art und Weise mit dem Tod auseinander zu setzen und über ihn nachzudenken.

Ruth Feile, die den Text geschrieben hat, wurde 1972 in München geboren. Sie ist Steinbildhauerin, Illustratorin und Autorin.

Kathrin Feile, die Illustratorin, wurde 1971 in München geboren, sie studierte an der FH München Kommunikationsdesign und an der Akademie der Bildenden Künste in München Malerei.

Ruth und Kathrin Feile sind Schwestern und leben jeweils mit ihren Familien in München.

Tante Lotti geht in den Himmel ist ihr erstes Kinderbuch.

RUNDBRIEF
OKTOBER 2010

14

131

»GETEILTES LEID
IST HALBES LEID!«

FÜR SIE GELESEN - BÜCHERTIPPS



In eigener Sache

Liebe Leserin, lieber Leser,
immer wieder erreicht uns der Wunsch
nach mehr Beiträgen für die Gruppenarbeit,
nach mehr wissenschaftlichen Beiträgen,...

Leider können wir nicht »zaubern«. Bedenken Sie bitte, dass der Rundbrief von den Beiträgen lebt, die an die Redaktion geschickt werden. Ich glaube, dass jede und jeder von Ihnen etwas in der »Schublade« oder im Kopf hat, das auch für andere interessant sein könnte.

Es wäre schön, wenn Sie sich angesprochen fühlten, für den Rundbrief 15 einen Beitrag zu schreiben – es liegt genügend Zeit vor Ihnen.

An dieser Stelle möchte ich wieder einmal Herrn Uwe Buck ganz herzlich danken, danken dafür, dass er in all den Jahren den Rundbrief unentgeltlich gesetzt hat und danken auch für die sehr gute Zusammenarbeit.

Ich freue mich auf Ihre Vorschläge, Ihre Anregungen, Ihre Texte, ...

Ihre Mag. theol.
Christine Fleck-Bohaumilitzky
Redakteurin des Rundbriefes

Vorankündigung
für den Rundbrief Nr. 15
Der nächste Rundbrief steht unter dem Thema

»Im Himmel wird es keine Tränen mehr geben«

(Eric Clapton).

Redaktionsschluss ist der 31. Mai 2011.

Wir freuen uns über Ihre Wortbeiträge – bitte unformatiert (Word-Dokument) und Bilder/Fotos (TIFF- oder JPEG-Format) an folgende E-Mail-Adresse:
veid-rundbrief@gmx.de
oder Postadresse:
Mag. theol. Christine Fleck-Bohaumilitzky, Eichenstraße 14, 85232 Bergkirchen-Lauterbach.



Candle lighting – Gedenktag für alle verstorbenen Kinder



Damit ihr Licht für immer leuchte, stellen jedes Jahr am zweiten Sonntag im Dezember um 19.00 Uhr Betroffene rund um die ganze Welt im Gedenken an ihre verstorbenen Söhne, Töchter, Brüder und Schwestern brennende Kerzen in die Fenster. Während die Kerzen in der einen Zeitzone erlöschen, werden sie in der nächsten entzündet, so dass eine Lichterwelle die ganze Welt umringt.

Begleitet wird dieses Candle Lighting von Berichten in den Medien und von vielfältigen Veranstaltungen wie Gedenkgottesdienste, Lesungen, Seminare etc.

Die Initiative zu dieser Aktion geht von den amerikanischen »Compassionate Friends« aus. Diese Organisation entspricht der Bewegung »Verwaiste Eltern in Deutschland«, die sich jedes Jahr bundesweit beteiligt. Hinweise zu den Veranstaltungen und die konkreten Termine der Gedenkgottesdienste in Ihrer Nähe entnehmen Sie bitte der Tagespresse. Denken Sie bitte auch daran, uns Ihre Termine rechtzeitig weiterzugeben, damit wir für Interessierte Informationen im Internet unter www.veid.de zusammenstellen können.



Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland e.V.

Bundesgeschäftsstelle:

An der Verfassungslinde 2 • 04103 Leipzig

Telefon: 0341/946 88 84

E-Mail: kontakt@veid.de

Telefax: 0341/9023490

Internet: www.veid.de

Vorstand seit März 2010:

1. Vorsitzende:

Petra Hohn

2. Vorsitzender:

Dieter Jantz

Schatzmeisterin:

Inge Morassi

Schriftführerin:

Beate Bahnert

Weitere Vorstandsmitglieder:

Stephan Hadraschek, Hanny Höfelein

Impressum:

Herausgeber: Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland e.V. (V.i.S.d.P.)

Leipzig, Oktober 2010

Redaktion:

Mag. theol. Christine Fleck-Bohaumilitzky

Kontakt: veid-rundbrief@gmx.de

Annegret John-Kunz unter Verwendung eines Fotos von Alexander Marg

Uwe Buck

Druck: Merkur Druck, 04109 Leipzig

5,50 € (für Nichtmitglieder) ohne Porto und Verpackung

Bank für Sozialwirtschaft, Köln

Konto-Nummer 8321100, BLZ 370 205 00

Hinweis:

Für den Inhalt der veröffentlichten Beiträge sind die genannten Verfasser verantwortlich. Ihre Meinung gibt nicht in jedem Fall die Ansicht des Vorstandes oder der Redaktion wieder. Die Rechtschreibung folgt den Vorlagen der AutorInnen.



Leben mit dem Tod eines Kindes – wir bieten ein Netzwerk von Hilfen an.

Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland e.V. (VEID)
Mitglied im PARITÄTISCHEN Gesamtverband
An der Verfassungslinde 2
04103 Leipzig
Tel. 0341 / 9468884, Fax: 0341 / 9023490
E-Mail: kontakt@veid.de

www.veid.de

Spendenkonto: Verwaiste Eltern in Deutschland e.V.
Bank für Sozialwirtschaft Köln
BLZ 370 205 00
Kontonummer 83 21 100

Dieser Rundbrief wird gefördert durch die AOK im
Rahmen der Selbsthilfeförderung gemäß § 20c SGB V.